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: 30 ✦ இதழ்: 72 ✦ 2026ஆம் வருடம் ✦ ஆனி மாதம் ✦ இருபத்தைந்தாம் திகதி

நாவெளி NAAVELI நாவெளி
பிரதேச செயலகம் ~ நாவிதன்வெளி
ds@navithanveli.ds.gov.lk
வியாழக்கிழமை / மலர் - 30 / இதழ் - 72 / 25 ஆனி 2026

உள்ளடக்கம்

04 அபிவிருத்திப் பாதையில்
28 மருத்துவமும் நாமும்
30 கதைச்சாளரம்
37 மாணவர் அரங்கம்
38 சட்டம் கற்போம்
40 பொருண்மியம்
42 அறிவுக்களஞ்சியம்
46 வாழ்வியல்
49 கவிதைச்சாரல்
50 கல்வி
57 கதம்பம்
60 தேகாரோக்கியம்
68 மானுடம்
70 படலையைத்தேடி

ஆசிரியரிடமிருந்து...

நாவெளி மலர் 30இல் உங்கள் அனைவரையும் சந்திப்பதில் மிக்க மகிழ்ச்சி அடைகின்றேன். இருபத்தொன்பது மாதங்களாக மாதாந்த மின்னிதழை வெளியிடுவதற்கு பல்வேறு வழிகளிலும் உதவிய அனைவருக்கும் நன்றியினைத் தெரிவிக்கின்றேன். அந்த வகையில் இவ் வருடத்தின் ஆறாவது மலராக பல்வேறு செய்திகள் மற்றும் பல்சுவை அம்சங்களைத் தாங்கிய வகையில் நாவெளி மலர் முப்பது வெளிவருகின்றமையினை மகிழ்வுடன் தெரிவித்துக் கொள்கின்றேன்.

இலங்கை போன்ற வளரும் நாடுகளின் எதிர்காலம் அதன் இளம் தலைமுறையின் ஆற்றலிலும் அறிவிலும் தங்கியுள்ளது. ஆனால் வருத்தமளிக்கும் உண்மை என்னவெனில், பல கல்வியறிவு பெற்ற இளைஞர்கள் அரச துறையில் நிரந்தர அலுவலக வேலை கிடைக்கும் என்ற எதிர்பார்ப்பில் ஆண்டுக்கணக்கில் காத்திருந்து தமது பெறுமதியான இளமைக் காலத்தை வீணடித்து வருகின்றனர். இது தனிநபரின் முன்னேற்றத்திற்குப் பாதகமானது. அதேவேளை நாட்டின் பொருளாதார வளர்ச்சிக்கும் தடையாக அமைகிறது.

ஒரு நாட்டின் செல்வம் அலுவலக மேசைகளில் மட்டும் உருவாகாது. மாறாக, உற்பத்தி நடைபெறும் வயல் வெளிகளிலும் தொழிற்சாலைகளிலும் தொழில்நுட்ப மையங்களிலும் உருவாகிறது. குறிப்பாக பொருளாதார நெருக்கடிகளை எதிர்கொண்டுள்ள இலங்கை போன்ற நாடுகளுக்கு விவசாய உற்பத்தியை வலுப்படுத்துவது காலத்தின் தேவையாகும். உணவுப் பாதுகாப்பை உறுதிப்படுத்துவதோடு மட்டுமல்லாமல், ஏற்றுமதி வருவாயை அதிகரித்து வெளிநாட்டு செலாவணியையும் ஈட்டக்கூடிய துறையாக விவசாயம் விளங்குகிறது. நவீன தொழில்நுட்பத்துடன் இணைந்த விவசாயம் இன்று வெறும் பாரம்பரிய தொழிலாக இல்லாமல், உயர்ந்த அறிவும் புதுமையும் தேவைப்படும் தொழில்முனைவுத் துறையாக மாறியுள்ளது.

இதனுடன் இணைந்த மற்றொரு சவால் கல்வி அமைப்பாகும். உலகம் செயற்கை நுண்ணறிவு, தரவு அறிவியல், உயிரியல் தொழில்நுட்பம், புதுப்பிக்கத்தக்க ஆற்றல், டிஜிட்டல் பொருளாதாரம் போன்ற புதிய துறைகளில் வேகமாக முன்னேறிக் கொண்டிருக்கின்ற நிலையில், கடந்த நூற்றாண்டின் தேவைகளை மையமாகக் கொண்ட கல்வி முறையில் தொடர்ந்தும் பற்றிக்கொண்டு இருப்பது பொருத்தமற்றதாகும். கல்வி என்பது பட்டம் பெறுவதற்கான கருவி மட்டுமல்ல, மாறாக எதிர்கால உலகின் தேவைகளுக்கு மனித வளத்தைத் தயார்படுத்தும் சமூக முதலீடாக இருக்க வேண்டும்.

எனவே, இளைஞர்கள் வேலைவாய்ப்பை எதிர்பார்த்து காத்திருப்பதற்குப் பதிலாக, உலக சந்தையில் தேவை அதிகரித்து வரும் திறன்களைப் பெற்றுக்கொள்ள வேண்டும். தகவல் தொழில்நுட்பம், மென்பொருள் அபிவிருத்தி, இணையப் பாதுகாப்பு, டிஜிட்டல் வடிவமைப்பு, மொழிபெயர்ப்புச் சேவைகள், நிகழ்நிலைக் கல்வி, தொழில்நுட்ப ஆலோசனை போன்ற துறைகள் தேசிய எல்லைகளைத் தாண்டி சர்வதேச சந்தைகளில் சேவைகளை வழங்குவதற்கான வாய்ப்புகளை உருவாக்கியுள்ளன. இத்தகைய திறன்களை வளர்த்துக்கொள்ளும் இளைஞர்கள் நாட்டிற்குத் தேவையான சேவையையும் வழங்க முடியும். அதேவேளை உலகளாவிய வருமான வாய்ப்புகளையும் பெற்றுக்கொள்ள முடியும்.

இன்றைய உலகில் வெற்றியை நிருணயிப்பவை புதிய திறமை, புத்தாக்கச் சிந்தனை மற்றும் சூழ்நிலைக்கேற்ப தகவமைந்துக் கொள்ளும் திறன் என்பவையாகும். ஆகவே, இளைஞர்களின் ஆற்றலை உற்பத்தி, தொழில்முனைவு மற்றும் நவீன அறிவுத் துறைகளுக்குத் திருப்புவது தேசிய முன்னேற்றத்தின் அடிப்படை நிபந்தனையாக மாறியுள்ளது. இளமையை காத்திருப்பதற்காக அல்லாமல், உருவாக்குவதற்காகப் பயன்படுத்தும் தலைமுறையே இலங்கையின் பொருளாதார மறுமலர்ச்சியை சாத்தியமாக்கும். அதுவே தனிநபரின் வெற்றிக்கும் தேசத்தின் வளமான எதிர்காலத்திற்கும் வழிகாட்டும் உறுதியான பாதையாக அமையும்.

என்றும் அன்புடன்
ஆசிரியர்.

நீலப் பெருங்கடல் உத்தி (Blue Ocean Strategy)

போட்டியைத் தாண்டி வளர்ச்சியை நோக்கிய புதிய பாதை

இன்றைய உலகில் வணிகம் என்பது வெறும் பொருட்களை விற்பனை செய்வதோ அல்லது சேவைகளை வழங்குவதோ மட்டுமல்ல. ஒவ்வொரு நாளும் புதிய நிறுவனங்கள் உருவாகின்றன. புதிய தொழில்நுட்பங்கள் அறிமுகமாகின்றன. வாடிக்கையாளர்களின் தேவைகளும் எதிர்பார்ப்புகளும் தொடர்ந்து மாறிக்கொண்டே இருக்கின்றன. இத்தகைய சூழலில், ஏற்கனவே உள்ள சந்தையில் போட்டியாளர்களுடன் நேரடியாக மோதிக்கொண்டு வெற்றி பெறுவது மிகவும் கடினமான ஒன்றாக மாறியுள்ளது.

இந்தச் சவாலுக்கு ஒரு புதுமையான தீர்வாக உருவானதே நீலப் பெருங்கடல் உத்தி (**Blue Ocean Strategy**) ஆகும். இந்த உத்தி, "போட்டியாளர்களை வெல்வது எப்படி?" என்ற கேள்விக்குப் பதிலாக, "போட்டியே இல்லாத புதிய சந்தையை உருவாக்குவது எப்படி?" என்ற கேள்விக்கு விடை அளிக்கிறது.

நீலப் பெருங்கடல் உத்தி என்பது வணிக உலகில் மிக முக்கியமான முகாமைத்துவக் கருத்துகளில் ஒன்றாகும். இதை **W. Chan Kim** மற்றும் **Renee Mauborgne** ஆகியோர் உருவாக்கி உலகிற்கு அறிமுகப்படுத்தினர். அவர்கள் பல நிறுவனங்களின் வெற்றி மற்றும் தோல்விகளை ஆய்வு செய்து, நீண்டகால வெற்றியை அடைந்த நிறுவனங்கள் எவ்வாறு புதிய சந்தைகளை உருவாக்கின என்பதை விளக்கியுள்ளனர்.

நீலப் பெருங்கடல் என்றால் என்ன?

கடலில் உள்ள நீல நிற நீர் அமைதியையும், பரந்த வாய்ப்புகளையும் குறிக்கிறது. அதைப் போலவே, வணிகத்தில் போட்டியின்றி புதிய வாய்ப்புகள் நிறைந்த சந்தைகளை உருவாக்குவது நீலப் பெருங்கடல் எனப்படுகிறது. ஒரு நிறுவனம் மற்ற நிறுவனங்களுடன் விலை, தரம், விளம்பரம் போன்றவற்றில் போட்டியிடாமல், முற்றிலும் புதிய வாடிக்கையாளர் தேவையை உருவாக்கி புதிய சந்தையை உருவாக்கும் போது அது நீலப் பெருங்கடல் உத்தியைப் பின்பற்றுகிறது.

இந்த உத்தியின் முக்கிய நோக்கம்:

- புதிய தேவையை உருவாக்குதல்.
- போட்டியைப் பொருத்தமற்றதாக மாற்றுதல்.
- வாடிக்கையாளர்களுக்கு அதிக மதிப்பு வழங்குதல்.
- நிறுவனத்தின் இலாபத்தை அதிகரித்தல்.

சிகப்புப் பெருங்கடல் (Red Ocean) என்றால் என்ன?

நீலப் பெருங்கடலைப் புரிந்துகொள்ள முதலில் சிகப்புப் பெருங்கடலைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

சிகப்புப் பெருங்கடல் என்பது ஏற்கனவே உள்ள சந்தையில் நடைபெறும் கடுமையான போட்டியைக் குறிக்கிறது. இங்கு பல நிறுவனங்கள் ஒரே வாடிக்கையாளர்களுக்காகப் போட்டியிடுகின்றன.

உதாரணமாக: மொபைல் போன் சந்தை, உணவகத் தொழில், ஆடை வணிகம் மற்றும் வங்கிச் சேவைகள். இந்தச் சந்தைகளில் பல போட்டியாளர்கள் இருப்பதால், விலை குறைக்கப்படுகிறது, இலாபம் குறைகிறது, விளம்பரச் செலவு அதிகரிக்கிறது, வாடிக்கையாளர்களைத்

தக்கவைத்துக்கொள்வது கடினமாகிறது. இதனால் சந்தை "இரத்தம் கலந்த கடல்" போல மாறுகிறது. அதனால்தான் இதற்கு "சிகப்புப் பெருங்கடல்" என்று பெயர் வந்தது.

நீலப் பெருங்கடல் உத்தியின் அடிப்படைக் கருத்து இந்த உத்தியின் மையக் கருத்து பெறுமதிப் புதுமை **(Value Innovation)** ஆகும்.

பெறுமதிப் புதுமை என்பது: வாடிக்கையாளருக்கு அதிக பயன் வழங்குதல், நிறுவனத்தின் செலவைக் குறைத்தல் ஆகிய இரண்டையும் ஒரே நேரத்தில் செய்வதாகும். பொதுவாக நிறுவனங்கள், அதிக தரம் அதிக செலவு, குறைந்த செலவு குறைந்த தரம் என்று கருதுகின்றன. ஆனால் நீலப் பெருங்கடல் உத்தி இந்த எண்ணத்தை மாற்றுகிறது. இது "குறைந்த செலவில் அதிக மதிப்பு வழங்க முடியும்" என்று வலியுறுத்துகிறது.

நீலப் பெருங்கடல் உத்தியின் முக்கிய கொள்கைகள்

புதிய சந்தை இடத்தை உருவாக்குதல்: நிறுவனங்கள் ஏற்கனவே உள்ள சந்தையில் போட்டியிடாமல் புதிய வாய்ப்புகளைத் தேட வேண்டும்.

ஹோட்டல் தொழில் (சிகப்புப் பெருங்கடல்): சாதாரண சுற்றுலாத் துறையில் ஹோட்டல்களுக்கு இடையே கடுமையான போட்டி உள்ளது. ஏசி **(AC)**, நீச்சல் குளம், அதிநவீன வசதிகள் மற்றும் அறை வாடகையைக் குறைத்து வாடிக்கையாளர்களை ஈர்க்கும் விலைப் போர் **(Price War)** அங்கு அதிகம்.

நீலப் பெருங்கடல் அணுகுமுறை: சில புதிய தொழில்முயற்சியாளர்கள் "குறைந்த விலையில் ஆடம்பர அறை" தருவதற்குப் பதிலாக, "இயற்கையோடு இணைந்த ஆடம்பர அனுபவத்தை" **(Glamping - Glamorous Camping)** அறிமுகப்படுத்தினர்.

நீக்கியவை/ குறைத்தவை (Eliminate/Reduce): பிரம்மாண்டமான கான்கிரீட் கட்டிடங்கள், ஆடம்பர பளபளப்பான அலங்காரங்கள் மற்றும் விலையுயர்ந்த எலக்ட்ரானிக் உபகரணங்கள் போன்றவற்றை முற்றிலும் குறைத்தனர்.

அதிகரித்தவை/ உருவாக்கியவை (Raise/ Create): காடுகளுக்கு நடுவே அல்லது நதிக்கரையில் பாதுகாப்பான சொகுசுக் கூடாரங்கள் **(Luxury Tents)**, இரசாயனமற்ற பாரம்பரிய உணவுகள், மொபைல் சிக்னல் இல்லாத "டிஜிட்டல் டிடாக்ஸ்" **(Digital Detox)** அமைதி மற்றும் உள்ளூர் கிராமிய கலாச்சார அனுபவங்களை உருவாக்கினர்.

விளைவு: இவர்கள் சாதாரண ஹோட்டல்களுடன் போட்டியிடவில்லை. நகர வாழ்க்கையின் மன அழுத்தத்தில் இருந்து விடுபட நினைக்கும் ஒரு புதிய வாடிக்கையாளர் வட்டத்தை உருவாக்கி, அதிக இலாபம் ஈட்டுகின்றனர்.

2. வாடிக்கையாளர்களை மட்டுமல்ல, வாடிக்கையாளராக இல்லாதவர்களையும் கவனித்தல்: பெரும்பான்மையான நிறுவனங்கள் தற்போதைய வாடிக்கையாளர்களை மட்டுமே கவனிக்கின்றன. ஆனால் நீலப் பெருங்கடல் உத்தி, "ஏன் சிலர் வாங்கவில்லை? அவர்களை எப்படி ஈர்க்கலாம்?" என்பதை ஆராய்கிறது. இதன் மூலம் புதிய சந்தை உருவாகிறது.

3. பெரிய காட்சியைப் பார்ப்பது: சிறிய மாற்றங்களில் கவனம் செலுத்தாமல், முழு சந்தையையும் புரிந்துகொள்வது அவசியம். நிறுவனங்கள், தொழில்நுட்ப மாற்றங்கள், சமூக மாற்றங்கள், வாடிக்கையாளர் நடத்தை ஆகியவற்றை ஆராய வேண்டும்.

4. சரியான செயல்படுத்துதல்: ஒரு நல்ல யோசனை மட்டும் போதாது. அதைத் திட்டமிட வேண்டும், செயல்படுத்த வேண்டும், தொடர்ந்து மேம்படுத்த வேண்டும்.

நீலப் பெருங்கடல் உத்தியை உருவாக்கும் நான்கு செயல்கள் *(Four Actions Framework)*

1. நீக்குதல் (Eliminate): வாடிக்கையாளர்களுக்குத் தேவையில்லாத அம்சங்களை நீக்குதல். (உதாரணம்: ஒரு தயாரிப்பில் யாரும் பயன்படுத்தாத அம்சங்களை அகற்றலாம்).

2. குறைத்தல் (Reduce): அதிக செலவு ஏற்படுத்தும் சில அம்சங்களைக் குறைத்தல்.

3. அதிகரித்தல் (Raise): வாடிக்கையாளர்கள் முக்கியமாகக் கருதும் அம்சங்களை அதிகரித்தல்.

4. உருவாக்குதல் (Create): சந்தையில் இதுவரை இல்லாத புதிய அம்சங்களை உருவாக்குவது.

வெற்றிகரமான நீலப் பெருங்கடல் உதாரணங்கள்:

Cirque du Soleil: பாரம்பரிய சர்க்கஸ் உலகில் விலங்குகள், மலிவான டிக்கெட்டுகள், குழந்தைகள் முக்கியமாக இருந்தனர். ஆனால் Cirque du Soleil நாடகம், இசை, கலைநிகழ்ச்சிகள் ஆகியவற்றை இணைத்து பெரியவர்களுக்கான புதிய பொழுதுபோக்கு அனுபவத்தை உருவாக்கியது. இதன் மூலம் புதிய சந்தையை உருவாக்கியது.

Apple iPhone: ஸ்மார்ட்போன்கள் இருந்த காலத்திலேயே Apple நிறுவனம் எளிய பயன்பாடு, தொடுதிரை, செயலிகள் மூலம் புதிய அனுபவத்தை உருவாக்கியது. இதன் மூலம் சந்தையில் பெரிய மாற்றத்தை ஏற்படுத்தியது.

Netflix: முன்பு மக்கள் DVD வாடகைக்கு எடுத்துப் பார்த்தனர். Netflix இணைய வழித் திரைப்படங்கள், தொடர்கள், மாதச் சந்தா முறை ஆகியவற்றை அறிமுகப்படுத்தி புதிய சந்தையை உருவாக்கியது.

Uber: டாக்ஸி சேவையில் இருந்த சிரமங்களைக் குறைத்து, மொபைல் செயலி, நேரடி கண்காணிப்பு, இணையக் கட்டணம் மூலம் புதிய பெறுமதியை உருவாக்கியது.

பல்வேறு துறைகளில் நீலப் பெருங்கடல் உத்தி கல்வித் துறையில்: கல்வி நிறுவனங்களும் இந்த உத்தியைப் பயன்படுத்தலாம். உதாரணமாக:

- இணைய மூலமான வகுப்புகள்.
- திறன் அடிப்படையிலான பயிற்சிகள்.
- குறுகிய கால சான்றிதழ் பாடநெறிகள் மூலம் புதிய மாணவர்களை ஈர்க்கலாம்.

விவசாயத்தில்: விவசாயிகளும் புதிய சந்தைகளை உருவாக்கலாம். உதாரணமாக:

- இயற்கை விவசாயம்.
- ஆர்கானிக் உணவுப் பொருட்கள்.
- நேரடி விற்பனை, இதன் மூலம் அதிக வருமானம் பெற முடியும்.

சிறு தொழில்களில்: சிறு தொழிலதிபர்களுக்கும் இந்த உத்தி மிகவும் பயனுள்ளதாக இருக்கும். உதாரணமாக: ஒரு பேக்கரி வெறும் கேக் விற்பனை செய்யாமல், தனிப்பயன் கேக் (Customized Cake), ஆரோக்கிய உணவுகள், இணைய வியாபாரம் வழங்கினால் புதிய வாடிக்கையாளர்களை ஈர்க்க முடியும்.

நீலப் பெருங்கடல் உத்தியின் நன்மைகள்:

- அதிக லாபம் - போட்டி குறைவாக இருப்பதால் அதிக லாபம் கிடைக்கும்.
- விலைப் போர் குறைவு - விலை குறைத்துப் போட்டியிட வேண்டிய அவசியம் இருக்காது.
- வலுவான பிராண்ட் உருவாகும் - நிறுவனம் தனித்துவமாகத் திகழும்.

- வாடிக்கையாளர் விசுவாசம் - புதிய அனுபவம் வழங்கப்படுவதால் வாடிக்கையாளர்கள் தொடர்ந்து வருவார்கள்.
- நீண்டகால வளர்ச்சி - புதிய சந்தை நிறுவனத்திற்கு நிலையான வளர்ச்சியை வழங்கும்.

நீலப் பெருங்கடல் உத்தியின் சவால்கள்:

- புதிய யோசனைகள் தேவை - புதுமையான சிந்தனை இல்லாமல் இந்த உத்தி வெற்றி பெறாது.
- முதலீடு அதிகமாக இருக்கலாம் - புதிய சந்தையை உருவாக்க ஆரம்பச் செலவுகள் அதிகமாக இருக்கலாம்.
- சந்தை ஏற்றுக்கொள்ளும் அபாயம் - புதிய தயாரிப்பை மக்கள் ஏற்றுக்கொள்வார்களா என்பது உறுதியாகத் தெரியாது.
- போட்டியாளர்கள் பின்னர் வரலாம் - ஒரு நிறுவனம் வெற்றி பெற்ற பிறகு மற்ற நிறுவனங்களும் அதே வழியைப் பின்பற்றலாம்.

நீலப் பெருங்கடல் உத்தியை செயல்படுத்தும் படிகள்

- தற்போதைய சந்தையை ஆய்வு செய்தல்.
- வாடிக்கையாளர்களின் பூர்த்தி செய்யப்படாத தேவைகளைக் கண்டறிதல்.
- போட்டியாளர்களின் பலவீனங்களை அறிதல்.
- புதிய பெறுமதி உருவாக்குதல்.
- செலவுகளைக் குறைத்தல்.
- புதிய தயாரிப்பு அல்லது சேவையை அறிமுகப்படுத்துதல்.
- வாடிக்கையாளர்களின் கருத்துகளைச் சேகரித்தல்.
- தொடர்ந்து மேம்படுத்துதல்.

இன்றைய டிஜிட்டல் உலகில் நீலப் பெருங்கடல், செயற்கை நுண்ணறிவு (AI), இணையவழிச் சேவைகள், மொபைல் தொழில்நுட்பம் போன்றவை புதிய நீலப் பெருங்கடல்களை உருவாக்குகின்றன. இன்று வெற்றி பெறும் நிறுவனங்கள் புதிய பிரச்சினைகளைக் கண்டறிகின்றன, புதிய தீர்வுகளை உருவாக்குகின்றன, வாடிக்கையாளர்களுக்குத் தனித்துவமான அனுபவத்தை வழங்குகின்றன. இதுவே நீலப் பெருங்கடல் உத்தியின் உண்மையான நோக்கமாகும்.

நீலப் பெருங்கடல் உத்தி என்பது வெறும் வணிகத் தந்திரம் மட்டுமல்ல, அது ஒரு புதிய சிந்தனை முறை ஆகும். போட்டியாளர்களுடன் முடிவில்லாத போராட்டத்தில் ஈடுபடுவதற்குப் பதிலாக, புதிய வாய்ப்புகளை உருவாக்கி வளர்ச்சியை அடைவதே இதன் அடிப்படை நோக்கமாகும். இன்றைய உலகில் வெற்றி பெறும் நிறுவனங்கள் பெரும்பாலும் புதிய சந்தைகளை உருவாக்கும் திறனைக் கொண்டுள்ளன. அவர்கள் போட்டியைப் பின்தொடரவில்லை; மாறாக, புதிய பாதையை உருவாக்குகிறார்கள். அதுவே நீலப் பெருங்கடல் உத்தியின் சக்தியாகும்.

எனவே, தொழிலதிபர்கள், மாணவர்கள், முகாமையாளர்கள், விவசாயிகள் மற்றும் சிறு தொழில் உரிமையாளர்கள் அனைவரும் இந்த உத்தியைப் புரிந்துகொண்டு தங்கள் துறைகளில் புதிய வாய்ப்புகளை உருவாக்க முயற்சிக்க வேண்டும். போட்டியை வெல்வதை விட, போட்டியே இல்லாத ஒரு புதிய உலகத்தை உருவாக்குவதே உண்மையான வெற்றிக்கான பாதையாகும்.

திருமதி தி. கிருபைராஜா
பிரதி திட்டமிடல் பணிப்பாளர்
பிரதேச செயலகம், நாவிதன்வெளி.

ஒன்றிணைந்த மீள் தன்மை பொறிமுறை எளிதாக்கல் செயலமர்வு

சமாதானமும் சமூகப்பணியும் (Peace & Commnity Action) அமைப்பினால் முன்னெடுக்கப்படும் ஒன்றிணைந்த மீள் தன்மை பொறிமுறை எளிதாக்கல் (Facilitating Integrated Resilience Mechanism - FIRM) வேலைத்திட்டத்தின் நாவிதன்வெளிப் பிரதேசத்திற்கான இவ்வருடத்தின் இரண்டாவது செயலமர்வானது 2026 ஜூன் மாதம் 17ஆம் திகதியன்று நாவிதன்வெளிப் பிரதேச செயலாளர் திருமதி. ராகுலநாயகி சஜிந்ரன் அவர்களின் தலைமையில் பிரதேச செயலக கூட்ட மண்டபத்தில் இடம்பெற்றது.

நாவிதன்வெளிப் பிரதேச செயலக தேசிய ஒருமைப்பாட்டு அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர் திருமதி. A. சசிகலா அவர்களின் ஒருங்கிணைப்பில் இடம்பெற்ற இந்நிகழ்வில் நாவிதன்வெளிப் பிரதேச சபை தவிசாளர் திரு. R. ரூபசாந்தன், PCA அமைப்பின் மாவட்ட ஒருங்கிணைப்பாளர், திட்ட ஒருங்கிணைப்பாளர் மற்றும் அவ் அமைப்பின் உத்தியோகத்தர், நாவிதன்வெளிப் பிரதேச செயலக மகளிர் அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர், சிறுவர் உரிமை மேம்பாட்டு உத்தியோகத்தர், உளவளத்துறை உத்தியோகத்தர், கலாசார உத்தியோகத்தர் ஆகியோருடன் நாவிதன்வெளிப் பிரதேச DRF உறுப்பினர்கள், சகவாழ்வு சங்க உறுப்பினர்கள் மகளிர் சங்க உறுப்பினர்கள, இளைஞர் கழக உறுப்பினர்களும் கலந்து கொண்டனர். மேலும் இந்நிகழ்வில், கடந்த காலங்களில் மேற்கொள்ளப்பட்ட நடவடிக்கைகள் மற்றும் எதிர்காலத் திட்டங்கள் பற்றியும் உறுப்பினர்களுக்கான பயிற்சிகள் வழங்குதல் தொடர்பாகவும் கலந்துரையாடப்பட்டது.

நாவிதன்வெளியில் பாரம்பரிய கால்வாய் படகுச் சவாரி ஆரம்பித்து வைக்கும் நிகழ்வு

கிராமிய அபிவிருத்தி, சமூகப் பாதுகாப்பு மற்றும் சமூக வலுவூட்டுகை அமைச்சின் அனுசரணையுடன் "ஆயிரம் கிராமங்களில் ஆயிரம் வேலைத்திட்டங்கள்" எனும் தொனிப்பொருளிற்கு அமைவாக நாவிதன்வெளிப் பிரதேச செயலக பிரிவின் சவளக்கடை மற்றும் சொறிக்கல்முனை-01 கிராம அலுவலர் பிரிவுகளை ஒன்றிணைத்த வகையில் "QUEEN KIDDANkI PARK" எனும் பெயரிலான பாரம்பரிய கால்வாய் படகுச் சவாரி திட்டத்தினை ஆரம்பித்து வைக்கும் நிகழ்வு பிரதேச செயலாளர் திருமதி. ராகுலநாயகி சஜிந்ரன் அவர்களின் தலைமையில் 2026 ஜூன் 02ஆம் திகதி இடம்பெற்றது.

இந்நிகழ்விற்கு பிரதம அதிதியாகக் கிராமிய அபிவிருத்தி, சமூகப் பாதுகாப்பு மற்றும் சமூக வலுவூட்டுகை அமைச்சின் பிரதி அமைச்சரும் மாவட்ட ஒருங்கிணைப்பு குழுத்தலைவருமான கௌரவ L. G. வசந்த பியதிஸ்ஸ அவர்களும் விசேட அதிதியாக அம்பாறை மாவட்ட செயலாளர் அனுபம மங்கள விக்கிரமாராச்சி அவர்களும், அமைச்சின் செயலாளர் பண்டார ஆகியோர் கலந்து கொண்டதுடன் அம்பாறை மாவட்ட செயலகப் பிரதம கணக்காளர் A. I. மஹ்ரூப், திட்டமிடல் பணிப்பாளர் M. A. முனாஸிர், கணக்காளர் I. M. பாரிஸ், பிரதி திட்டமிடல் பணிப்பாளர் A. A. H. M. அதிகாரி, நாவிதன்வெளி பிரதேச சபை தவிசாளர் திரு. I. ரூபசாந்தன் அவர்கள், சவளக்கடை பொலிஸ் பொறுப்பதிகாரி இந்ரஜித் டி சில்வா மற்றும் நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலகக் கணக்காளர் க. றிஸ்வி யஹ்சர், பிரதித் திட்டமிடல் பணிப்பாளர் திருமதி. திலகராணி கிருபைராஜா, நிருவாக உத்தியோகத்தர் O. G. கீர்த்தி குசுமிந்த, சமுர்த்தி தலைமையக முகாமையாளர் திரு. செ. சிவம், மேலதிக மாவட்ட பதிவாளர் திரு. பு. நித்தியானந்தன், சமூக வலுவூட்டல் உத்தியோகத்தர்கள், கிராம அலுவலர்கள், சமுர்த்தி அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர்கள், அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர்கள், சமூக அபிவிருத்தி சபை தவிசாளர்கள், ஊடகவியலாளர்கள் உட்பட பொதுமக்கள் பலரும் கலந்து கொண்டனர்.

இத்திட்டத்திற்கு அமைவாக நாவிதன்வெளிப் பிரதேச செயலகப் பிரிவிற்குட்பட்ட சொறிக்கல்முனை -03 கிராம அலுவலர் பிரிவில் கிராம அபிவிருத்திச் சங்கத்தினூடாக தச்சுத்தொழில் திறன் மற்றும் விற்பனை மேம்பாட்டு முயற்சி, மத்தியமுகாம்-3 கிராம அலுவலர் பிரிவில் பாதிப்புற்ற பெண் தலைமைதாங்கும் குடும்பங்களுக்கான தயிர், நெய் மற்றும் பால்ரொபி உற்பத்தித் திட்டம், நாவிதன்வெளி-02 கிராம அலுவலர் பிரிவில் தேங்காய் அடிப்படையிலான மதிப்பூட்டல் மற்றும் சிறு நடுத்தர தொழில் (MSME) அபிவிருத்தி நிலையம் அமைத்தல் ஆகிய வேலைத்திட்டங்களுக்கான ஆரம்ப நிகழ்வுகளும் பிரதேச செயலாளர், பிரதித் திட்டமிடல் பணிப்பாளர் ஆகியோரின் தலைமையில் குறித்த தினத்தில் இடம்பெற்றதுடன் இந்நிகழ்வுகளில் சமூக வலுவூட்டல் உத்தியோகத்தர்கள், கிராம அலுவலர்கள், சமுர்த்தி அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர்கள், பிரஜாசக்தி தவிசாளர்கள், சமூக அபிவிருத்தி சபையின் உறுப்பினர்கள் மற்றும் பொதுமக்களும் கலந்து கொண்டனர்.

காலநிலை மாற்றம் மற்றும் வளி மாசுபாட்டின் தாக்கங்கள் தொடர்பான விழிப்புணர்வுக் கருத்தரங்கு

உலக சுற்றுச் சூழல் தினத்தை முன்னிட்டு பல்வேறு விழிப்புணர்வு நிகழ்வுகள் நாவிதன்வெளிப் பிரதேச செயலக பிரிவில் பிரதேச செயலாளர் திருமதி. ராகுலநாயகி சஜிந்ரன் அவர்களின் தலைமையில் 2026 ஜூன் மாதம் 30ஆம் திகதி முதல் 05ஆம் திகதி வரை இடம்பெற்றன. காலநிலை மாற்றம் மற்றும் வளி மாசுபாட்டின் தாக்கங்கள் குறைக்கப்படுவதை ஊக்குவித்தல் தொடர்பாக பாடசாலை மாணவர்களுக்கான விழிப்புணர்வுக் கருத்தரங்கானது ஜூன் மாதம் 01ஆம் திகதி நாவிதன்வெளி-02 கிராம அலுவலர் பிரிவிலுள்ள கமு/ சது/ விவேகானந்தா மகா வித்தியாலயத்தில் இடம்பெற்றது. இந்நிகழ்விற்கு வளவாளராக நாவிதன்வெளிப் பிரதேச செயலக பிரதித் திட்டமிடல் பணிப்பாளர் திருமதி. திலகராணி கிருபைராஜா அவர்கள் கலந்து கொண்டு குறித்த விடயம் தொடர்பான தெளிவூட்டல்களை வழங்கினார்.

ஜூன் மாதம் 03ஆம் திகதி நாவிதன்வெளி மற்றும் கல்முனை பிரதேச செயலகப் பிரிவுகளுக்குட்பட்ட கிட்டங்கி வீதியினை சுத்தம் செய்யும் சிரமதான நிகழ்வு இடம்பெற்றது. சமூகமட்ட அமைப்புகளுக்கான கழிவு முகாமைத்துவத்தினைப் பேணுதல் தொடர்பான விழிப்புணர்வுக் கருத்தரங்கு ஜூன் மாதம் 04ஆம் திகதி பிரதேச செயலாளர் தலைமையில் பிரதேச செயலகக் கூட்ட மண்டபத்தில் இடம்பெற்றது. இந்நிகழ்வில் கிராம அபிவிருத்திச் சங்கம், மகளிர் அபிவிருத்திச் சங்கம், பிரஜா சக்தி, விவசாய அமைப்பு ஆகியவற்றின் உறுப்பினர்கள் மற்றும் மதத்தலங்களின் நிருவாகிகள் ஆகியோரும் கலந்து கொண்டனர்.

சாளம்பைக்கேணி-03 கிராம அலுவலர் பிரிவிலுள்ள கமு/ சது/ அஸ்-ஸிறாஜ் மகா வித்தியாலய பாடசாலை மாணவர்களுக்கான விழிப்புணர்வூட்டல் நிகழ்ச்சி ஜூன் மாதம் 05ஆம் திகதி "பிளாஸ்டிக் காரணமாக ஏற்படக்கூடிய மாசாக்கத்தை முடிவிற்கு கொண்டு வருவோம்" எனும் தலைப்பில் நடைபெற்றது. இந்நிகழ்விற்கு வளவாளர்களாக நாவிதன்வெளிப் பிரதேச செயலக சிரேஷ்ட அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர்கள் H. M. அப்துல் றஹீம், M. I. அலியார் ஆகியோர் கலந்து கொண்டு குறித்த விடயம் தொடர்பான தெளிவூட்டல்களை வழங்கினர். அத்துடன் பிரதேச செயலாளர் தலைமையில் பிரதேச செயலக வளாகத்தில் மரநடுகை நிகழ்வும் இடம்பெற்றமை குறிப்பிடத்தக்கது.

நிகழ்வுகளின் தொகுப்பு

தன்சல் நிகழ்வில் மகிழ்ந்த மனங்கள்

வெசாக் தினத்தினை முன்னிட்டு ஐஸ் கிரீம் தன்சல் நிகழ்வு நாவிதன்வெளிப் பிரதேச செயலாளர் திருமதி ராகுலநாயகி சஜிந்ரன் அவர்களின் தலைமையில் 2026.06.01ஆம் திகதி பிரதேச செயலக முன்றலில் மிகவும் சிறப்பாக நடைபெற்றது.

நாவிதன்வெளிப் பிரதேசம் தமிழ், முஸ்லிம், கத்தோலிக்கம், மற்றும் பௌத்த இன மக்களைக் கொண்ட ஒரு பல்லின மக்கள் சமூகமாக வாழும் ஒரு பிரதேசமாகும். இந்நான்கு இன மக்களுக்கிடையில் நல்லுறவையும் ஐக்கியத்தினையும் மேம்படுத்த வேண்டும் என்பதற்காகப் பல சேவைகளை நாவிதன்வெளிப் பிரதேச செயலகம் முன்னெடுத்து வருவது பிரதேச மக்கள் அறிந்த ஒன்று. அதற்காக பல சமூக, சமய, கலாசாரம் சார்ந்த நிகழ்ச்சிகளை நாவிதன்வெளிப் பிரதேச செயலகப் பிரிவில் ஏற்பாடு செய்து நடாத்துவதன் மூலம் இன உறவில் ஐக்கியத்தினை அதிகரிக்கலாம் என்ற பிரதேச செயலாளர் அவர்களின் எண்ணக்கருவில் பல நிகழ்ச்சிகள் திட்டமிடப்பட்டு வருகின்றன.

பிரதேச செயலாளர் அவர்களின் வழிகாட்டலில் செயலக வரலாற்றில் இந்து சமய நிகழ்ச்சிகளுக்கு மேலதிகமாக முன்னெப்போதும் நடைபெற்றிராத பல சமய நிகழ்ச்சிகளான முஸ்லிம்களின் நோன்புகாலத்தில் நோன்பு திறக்கும் நிகழ்வான இஃப்தார், நோன்புப் பெருநாள் மற்றும் தமிழ் சிங்கள சித்திரைப் புதுவருடத்தினை முன்னிட்டு நான்கு இன மக்களையும் இணைத்ததான விளையாட்டு நிகழ்ச்சிகள் என்று மிகச் சிறப்பான முறையில் நிகழ்வுகள் நடைமுறைப்படுத்துப்பட்டு வருகின்றன.

அந்த வகையில் முதன் முறையாக பௌத்த மத நிகழ்வான வெசாக் வாரத்தை முன்னிட்டு ஐஸ் கிரீம் தானம் ஒன்று ஒழுங்கு செய்யப்பட்டிருந்தது. இதன்போது பிரதேச செயலக உத்தியோகத்தர்கள் மட்டுமன்றி, ஏனைய திணைக்கள உத்தியோகத்தர்கள், நாவிதன்வெளி பிரதேச மக்கள் என்று சகலரும் கலந்து சிறப்பித்ததுடன் அனைவரது மனங்களிலும் சந்தோஷம் பரவியிருந்ததை உணர முடிந்தது.

இதற்கான அனுசரணையினை OGK. குசுமிந்த நிருவாக உத்தியோகத்தர், மற்றும் மனோஜ் இந்திரஜித் கிராம நிருவாக உத்தியோகத்தர் ஆகியோர் வழங்கி இருந்தனர். இதற்கான ஆலோசனையினை வழங்கியதுடன் குறித்த இந் நிகழ்வை உத்தியோக பூர்வமாகப் பிரதேச செயலாளர் அவர்கள் ஆரம்பித்து வைத்தார். இதன்போது பிரதேச செயலக கணக்காளர் திரு. K. றிஸ்வி யஹ்சர், பிரதி திட்டமிடல் பணிப்பாளர் திருமதி திலகராணி கிருபைராஜா ஆகியோருடன் அனைத்து உத்தியோகத்தர்களும் கலந்து சிறப்பித்திருந்தனர்.

විසින් සංවිධානය

முதலுதவி வழங்கல் தொடர்பான பயிற்சிக் கருத்தரங்கு

Sri Lanka Unites நிறுவனம் மற்றும் நன்னடத்தை மற்றும் சிறுவர் பராமரிப்பு சேவைகள் திணைக்களம் **(Department of Probation and Child Care Services)** ஆகியவற்றின் ஏற்பாட்டில் நாவிதன்வெளிப் பிரதேச செயலகப் பிரிவிற்குட்பட்ட பாடசாலை மாணவர்கள் மற்றும் பிரதேச சிறுவர் கழக அங்கத்தவர்களுக்கான, முதலுதவி வழங்கல் தொடர்பான பயிற்சிக் கருத்தரங்கானது பிரதேச செயலாளர் திருமதி. ராகுலநாயகி சஜிந்ரன் அவர்களின் தலைமையில் **2026** ஜூன் **10**ஆம் திகதியன்று பிரதேச செயலகக் கூட்ட மண்டபத்தில் நடைபெற்றது.

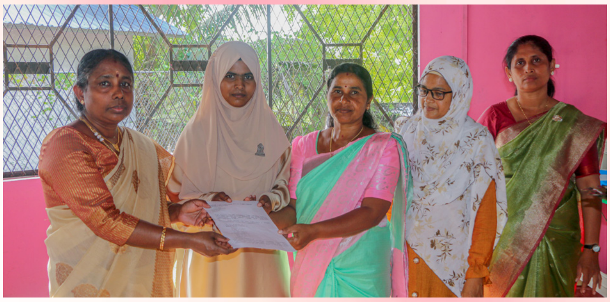
நாவிதன்வெளிப் பிரதேச செயலக சிறுவர் உரிமை மேம்பாட்டு உத்தியோகத்தர் திருமதி. **D.** ஜாசுகி அவர்களின் ஒருங்கிணைப்பில் இடம்பெற்ற இந்நிகழ்வில் நாவிதன்வெளிப் பிரதேச செயலக பதில் உதவிப் பிரதேச செயலாளர் திரு. பே. பிரணவரூபன், **Sri Lanka Unites** நிறுவனத்தின் முகாமையாளர் திரு. **S.** றுவுதரன் ஆகியோர் கலந்து கொண்டதுடன் இலங்கை செஞ்சிலுவைச் சங்க அம்பாறை மாவட்ட கிளையின் உத்தியோகத்தர் **R. A.** றொசான் அவர்கள் வளவாளராகவும் **S.** சுதேஸ் ரெசாந்தன் அவர்கள் மொழி பெயர்ப்பாளராகவும் கலந்து கொண்டு குறித்த தெளிவூட்டல்களை வழங்கினர். இந்நிகழ்விற்கான அனுசரணையை **Sri Lanka Unites** நிறுவனம் மற்றும் நன்னடத்தை மற்றும் சிறுவர் பராமரிப்பு சேவைகள் திணைக்களம் வழங்கியிருந்தன.

மாற்றுத்திறனாளிகளை ஈடுபடுத்தி துணிப்பை உற்பத்தித் தொழில் முயற்சியொன்றை அறிமுகப்படுத்தும் செயற்றிட்டம்

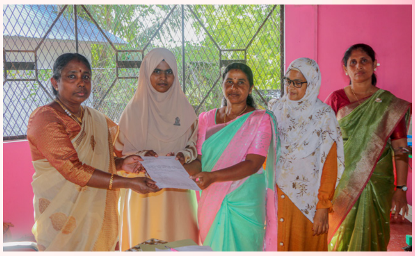
அம்பாறை மாவட்டத்தில் மாற்றுத்திறனாளிகளை ஈடுபடுத்தித் துணிப்பை உற்பத்தித் தொழில் முயற்சியொன்றை அறிமுகப்படுத்தும் செயற்றிட்டத்திற்கு அமைவாக நாவிதன்வெளிப் பிரதேச செயலக பிரிவிற்குட்பட்ட மத்திய முகாம்-06 கிராம அலுவலர் பிரிவிலுள்ள பொது நூலகக் கட்டடத்தில் அமைக்கப்பட்டுள்ள **Hope Nest** தையல் நிலையத்தின் திறப்பு விழாவானது பிரதேச செயலாளர் திருமதி. ராகுலநாயகி சஜிந்ரன் அவர்களின் தலைமையில் 2026 ஜூன் மாதம் 17ஆம் திகதியன்று இடம்பெற்றது.

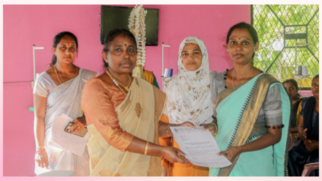
இந்நிகழ்வில், நாவிதன்வெளிப் பிரதேச செயலக நிதி உதவியாளர், மத்திய முகாம்-06 இற்கான கிராம அலுவலர், சமூக வலுவூட்டல் உத்தியோகத்தர், சமூக சேவைப் பிரிவு அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர், உளவள உத்தியோகத்தர், மகளிர் அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர், மகளிர் அபிவிருத்தி கள உதவியாளர், சிறுவர் உரிமை மேம்பாட்டு உத்தியோகத்தர், உளவள

உதவியாளர், கைத்தொழில் பிரிவு உத்தியோகத்தர்கள், மத்தியமுகாம் -06 கிராம அபிவிருத்திச் சங்கம், பிரஜா சக்தித் தலைவர், திரேசா மகளிர் சங்கம், மதி ஒளி மாற்றுத்திறனாளிகள் அமைப்பினர், விஷேட கல்வி அலகு ஆசிரியர்கள் மத்தியமுகாம் -04 ரோஜா மகளிர் சங்கம் ஆகியோருடன் அம்பாறை மாவட்ட பெண்கள் வலையமைப்பின் கள உதவியாளரும் கலந்துகொண்டனர். இந்நிகழ்விற்கான நிதி அனுசரணையை அம்பாறை மாவட்ட பெண்கள் வலையமைப்பு வழங்கியிருந்தது.



ABWN
Reg. No : GA3416





உகந்தை முருகன் ஆலய சிரமதானப் பணி

உகந்தை முருகன் ஆலய வருடாந்த உற்சவத்தினை முன்னிட்டு வருடாந்தம் நாவிதன்வெளிப் பிரதேச செயலக உத்தியோகத்தர்களால் முன்னெடுக்கப்படும் சிரமதான நிகழ்வு இவ்வருடமும் சிறப்பாக இடம்பெற்றது. பிரதேச செயலாளர் திருமதி. ராகுலநாயகி சஜிந்ரன் அவர்களின் வழிகாட்டலுக்கமைவாக பதில் உதவிப் பிரதேச செயலாளர் திரு. பே. பிரணவரூபன் அவர்களின் தலைமையில் 2026 ஜூன் 19 மற்றும் 20ஆம் திகதிகளில் இடம்பெற்றது.

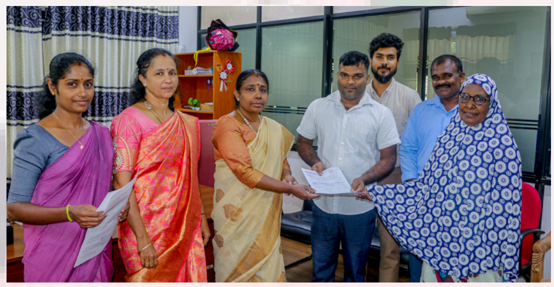
இச்சிரமதான நிகழ்வில் சமுர்த்தி தலைமைப்பீட முகாமையாளர் திரு. செ. சிவம், நிருவாக கிராம உத்தியோகத்தர் திரு. மனோஜ் இந்ரஜித், கிராம அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர் உள்ளிட்ட நாவிதன்வெளிப் பிரதேச செயலக உத்தியோகத்தர்கள் பலரும் கலந்து கொண்டனர்.

காணி உறுதிப்பத்திரங்கள் வழங்கும் நிகழ்வு

நாவிதன்வெளிப் பிரதேச செயலகப் பிரிவிற்குட்பட்ட சொறிக்கல்முனை - 02 கிராம அலுவலர் பிரிவிலுள்ள பொதுமக்களுக்கான காணி உறுதிப்பத்திரங்களை வழங்கி வைக்கும் நிகழ்வு பிரதேச செயலாளர் திருமதி. ராகுலநாயகி சஜிந்ரன் அவர்களின் தலைமையில் 2026 ஜூன் 17ஆம் திகதியன்று பிரதேச செயலகத்தில் இடம்பெற்றது.

மேலும் இந்நிகழ்வில், நாவிதன்வெளிப் பிரதேச செயலக காணி வெளிக்களப் போதனாசிரியர், குடியேற்ற உத்தியோகத்தர், கிராம அலுவலர் மற்றும் காணிப்பிரிவிற்கான அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர்கள் ஆகியோரும் கலந்து கொண்டனர்.

காணிக்கான ஒரு அங்கீகாரம் வழங்கல்



உலக சமாதானத்தை நோக்கி ஓர் இளங்குரல்

"போர்" என்ற பெயரில் விளையாடிக் கொண்டு இருக்கும் உலக நாட்டுத் தலைவர்களுக்கு எமது நாடு இலங்கை சார்பாக இந்த விழிப்புணர்வு.

உலகம் எங்கே செல்கிறது? உலகம் முழு அழிவினை நோக்கிச் செல்கிறது. ஆம், இதற்கு முக்கிய காரணம் நாடுகளுக்கு இடையிலான போர்களே ஆகும். இந்தப் போர்களின் விளைவுகள் எதிர்காலத்தை எவ்வாறு பாதிக்கப் போகின்றன என்ற சிந்தனை இன்றைய உலக நாட்டுத் தலைவர்களிடம் இல்லை என்றுதான் கூற முடியும். ஆரம்பத்தில் நாடுகளுக்கு இடையே ஏற்பட்ட முரண்பாடுகள் தற்போது போராக உருப்பெற்று உள்ளது. இந்தப் போரால் பல நாடுகளில் உணவுத் தட்டுப்பாடு, வேலையின்மை, பொருட்களின், விலை உயர்வு, காலநிலை மாற்றங்கள் போன்ற அனைத்தையும் பாதித்துக் கொண்டே வருகிறது.

நான் ஒரு "மாணவி" என்ற வகையில் இதனைப் போர் என்று கூறமாட்டேன், வல்லரசு நாடுகளுக்கு இடையிலான "அதிகாரப் போட்டி" என்றுதான் கூறுவேன். உலக நாட்டுத் தலைவர்களே! முடிவுக்கு வந்த முதலாம் மற்றும் இரண்டாம் உலகப் போர் பற்றிய அறிவு உங்களுக்கு இல்லையா? அல்லது அது பற்றி மறந்துவிட்டீர்களா? இரண்டாம் உலகப் போரின் போது அதிகமாக அணு ஆயுதங்களைப் பயன் படுத்தி தரைவழியாகவும், கடல்வழியாகவும், வான் வழியாகவும் போர்களை மேற்கொண்டு வந்தார்கள். இதன் விளைவால் பில்லியக்கணக்கான உயிர்ச் சேதம் மட்டும் அல்லாமல் பொருட்

சேதங்களும் ஏற்பட்டு 1929ஆம் ஆண்டு உலகப் பொருளாதார நெருக்கடி ஏற்பட்டதை இந்த உலகம் எவ்வாறு மறக்க முடியும்? முதலாம் மற்றும் இரண்டாம் உலகப் போரின் கசப்பான அனுபவங்கள் பல உள்ளபோது மூன்றாம் உலகப் போருக்கு ஓர் அத்திவாரமாக இதனை ஏன் மேற்கொண்டு வருகின்றீர்கள்?

தங்களது நாட்டின் வலிமையையும், இராணுவ வீரர்களின் வலிமையையும் காட்டுவதற்காக வல்லரசு நாடுகள், மேலும் மேலும் அணு ஆயுதங்களை உற்பத்தி செய்து கொண்டு வருகின்றன. அணுவீச்சுக் கதிர்களால் ஏற்படும் பாதிப்புப் பற்றி ஒரு நிமிடம் சிந்தித்துப் பார்த்தீர்களா? நிச்சயமாக இல்லை. அவ்வாறு சிந்தித்துப் பார்த்து இருந்தால் இந்தப் போர்களுக்கு முடிவு ஒன்று வந்திருக்குமல்லவா? உங்கள் ஆயுதப் பலத்தைக் கொண்டு செய்யும் இந்தப் போரானது, இன்றைய தலைமுறையினரை மட்டும் பாதித்துக் கொண்டு முடிவடையப் போவதில்லை. இதை விடப் பல மடங்குப் பாதிப்பை எதிர்கால சந்ததியினர் எதிர் கொள்ள வேண்டியுள்ளது, என்பதை ஒவ்வொரு தனிநபரும் ஞாபகத்தில் வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

கொடிய கொரோனாவில் இருந்து மீண்டு பல நாடுகள் படிப்படியாக பொருளாதாரத்தில் வளர்ச்சி அடைந்து கொண்டு வரும் இத்தருணத்திலே, வல்லரசு நாடுகள் இதனைப் பற்றிச் சற்றும் சிந்திக்காமல், தங்களது சுய லாப நோக்கத்திற்காகப் போர் செய்து கொண்டு வருகின்றார்கள். ஆனால் தற்போது ஏற்பட்டுள்ள பொருளாதார நெருக்கடிக்கு எப்போது தீர்வு காணப் போகின்றார்கள் என்று தெரியவில்லை.

இந்தப் பிரபஞ்சத்தின் இரகசியம் என்னவென்றால், நாம் அனைவரும் “ஒரு தாய்பிள்ளைகள்” இதனை நீங்கள் அனைவரும் ஏற்றுக்கொள்ளமாட்டீர்களா? இறந்து கொண்டு இருக்கும் அப்பாவிச் சிறுவர்கள், குழந்தைகள் மற்றும் யுவதிகள் பற்றியும் அழிவடைந்த சொத்துகள் பற்றியும் ஒரு நிமிடம் சிந்தியுங்கள். உலக சமாதானத்தையும் ஒற்றுமையையும் வளர்ப்பதே எமது அனைவரினதும் முக்கிய நோக்கமாக இருக்க வேண்டும்.

உலக சமாதானம் பற்றி உலகநாட்டுத் தலைவர்கள் சிந்திக்காத வரையில் உலகம் மெதுமெதுவாக அழிவினை நோக்கி நகர்ந்து கொண்டு இருக்கும் என்பதில் எவ்வித ஐயமும் இல்லை. எனவே, ஆயுதங்களைக் கீழே வைத்து விட்டு சமாதானப் பேச்சுவார்த்தையை நடாத்துங்கள்.

நான் வயதில் சிறியவளாக இருந்தாலும் கூறிய கருத்துகள் அனைத்தும் தற்கால உலகிற்குத் தேவையான உண்மைகள் ஆகும். இச் சிறியவளின் கருத்துகளை ஏளனமாக எண்ணிவிடாது, உலக அமைதிக்கான இளைய தலைமுறையினரின் இக் கருத்துகளை உலக நாட்டுத் தலைவர்கள் ஏற்றுக் கொள்ள வேண்டும்.

இன, மத வேறுபாடு இன்றியும், நான் என்கிற சுயநல ஆதிக்க வெறியையும் தவிர்த்து, சமாதானத்தையும், ஒற்றுமையையும் நிலைநாட்ட விரும்பும் ஒரு மாணவியின் விழிப்புணர்வுக் குரலாக இக் கட்டுரையை சமர்ப்பிக்கிறேன்.

வி. ஜஷாந்தினி
கமு / சது கலை மகள் மகா வித்தியாலயம்
வேப்பையடி.

பூச்சிக்கடியால் ஏற்படும் ஒவ்வாமையும் அதன் தாக்கங்களும்

பூச்சிகளால் மனிதர்களுக்கு எத்தனையோ வகையான தோல் நோய்கள் ஏற்படுகின்றன. அவற்றில் குழந்தைகள் மற்றும் பெரியவர்களுக்கு மிக அதிக அளவில் வரக்கூடிய ஒரு சில முக்கியமான நோய்களில் பாராசைட்ஸ் **(Parasites)** எனச் சொல்லப்படும் பூச்சிகளால் ஏற்படும் சொறி, சிரங்கு போன்றவை முக்கியமானவை.

மேலும் பூச்சிகளால் ஏற்படும் தோல் நோய்களில் மிக முக்கியமானது நுளம்புக் கடியால் ஏற்படும் சிரங்குதான். இதனையே இன்செக்ட் பைட் அலர்ஜி **(Insect Bite Allergy)** என அழைக்கப்படுகிறது. இது மிக அதிகமாக நுளம்புக் கடியால் வரக்கூடியது. குறிப்பாக எட்டு, ஒன்பது வயது வரையிலான குழந்தைகளை அதிகம் பாதிக்கிறது. இது அடிக்கடி வந்துபோகும் தன்மை கொண்டது. நுளம்பு கடித்த இடத்தில் தோல் சிவந்து அரிப்பு ஏற்படும். இது நுளம்புக் கடியால் அனைவருக்கும் ஏற்படும் பாதிப்பின் தன்மையாகும்.

ஆனால் பரம்பரை காரணமாக குடும்பத்தினருக்கு ஆஸ்துமா போன்ற அலர்ஜி இருந்தால், நுளம்பு கடித்த இடத்தில் மட்டுமன்றி முழங்கைக்குக் கீழேயும், முழங்கால்களுக்குக் கீழேயும் அதாவது துணிகளால் மறைக்கப்படாத பகுதியில் வியர்க்குரு போன்ற அரிப்புடன் கூடிய தன்மை உருவாகலாம். இந்த வியர்க்குரு மிக அதிகமான அரிப்புத்தன்மை கொண்டதாக இருப்பதால் குழந்தைகள் எப்போதும் சொறிந்துகொண்டே இருப்பார்கள். இதனால் அந்த இடத்தில் நகக்கீறல்கள் ஏற்பட்டு அவற்றில் பாக்டீரியா நோய்த்தொற்று உருவாகி அவைகள் புண்களாக மாறக்கூடிய வாய்ப்புகள் அதிகமாகும். இதனையே பூச்சிக்கடி ஒவ்வாமை என்பர்.

பொதுவாக இது குழந்தைகளுக்கு அதிகம் வந்தாலும் பெரியவர்களுக்கும் குறைந்த அளவில் வரும். எட்டு, ஒன்பது வயதிற்குப் பிறகு குழந்தைகளைப் பெரும்பாலும் இந்நோய் தாக்காது. பெரியவர்கள் எப்போதும் குளித்து உடலைத் துப்புரவாக வைத்திருப்பதாலும் இந்நோய்வரும் வாய்ப்புக் குறைவு.

ஆனால் பெரியவர்களுக்கு இந்த வியர்க்குரு வந்தால், இந்த வியர்க்குருவின் அரிப்புத்தன்மை காரணமாக எப்போதும் சொறிந்து கொண்டே இருப்பதனாலும், வெயில்படுகின்ற இடங்களில் வருவதனாலும் தோல் கறுத்துக்காணப்படும். பெரியவர்களுக்கு வரும் வாய்ப்பு குறைவு என்றாலும் வந்தால் அது வாழ்நாள் முழுவதும் நீடிக்கும் ஓர் பிரச்சினையாக மாறலாம். அதேநேரம் தொடக்கத்திலேயே கண்டுபிடித்து சிகிச்சை எடுத்துக் கொண்டால் பிரச்சினைகளில் இருந்து தப்பிக்கலாம். இந்நோய் வராமல் தடுப்பது மிக மிக முக்கியம். நிரந்தர பிரச்சினையாக மாறுவது மட்டுமல்லாமல் சிறுநீரகங்கள் பாதிக்கப்படக்கூடிய வாய்ப்புகளும் அதிகம். இதனால் இவ்விடயத்தில் நாம் மிகுந்த எச்சரிக்கையுடன் நடந்துகொள்ள வேண்டும்.

தடுப்பு முறைகள்

1. இந்த (Insect Bite Allergy) பிரச்சினையிலிருந்து குழந்தைகளை காப்பாற்ற:

2. அவர்களது உடல் முழுவதும் மறைக்கக்கூடிய உடைகளை அணிய வேண்டும்.

3. நுளம்பு வலைகளைப் பயன்படுத்தி நுளம்புக் கடியிலிருந்து அவர்களைக் காப்பாற்ற வேண்டும்.

4. அதேநேரம் நுளம்பு கடிக்காமல் இருப்பதற்காக உடம்பில் தடவக்கூடிய கிரீம்களைப் பயன்படுத்தும் போது சிறிய அவதானம் தேவை. ஏனெனில் அவற்றால் தோலில் அலர்ஜி ஏற்பட்டு தோலில் வேறுவகையான பாதிப்புகளும் ஏற்படலாம்.

5. சிலருக்கு நுளம்புச்சுருள் புகையால் கூட அலர்ஜி ஏற்படலாம், அதனால் கவனம் தேவை.

பெரியவர்களும் நுளம்புக் கடியிலிருந்து தப்பிப்பது மிகவும் முக்கியம். இது சாதாரணமான நுளம்பு மற்றும் பூச்சிக்கடியால் ஏற்படக்கூடிய நோய் என்றாலும் எச்சரிக்கையாக இருப்பது முக்கியம். குறிப்பாக புற்றுநோயால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் அதற்கான சிகிச்சை மேற்கொண்டிருந்தால், அவர்களின் உடலில் நோய் எதிர்ப்புச்சக்தி மிகவும் குறைவாக இருக்கும். அவ்வாறான சமயங்களில் நுளம்புக் கடியால் ஏற்படும் அலர்ஜியின் தன்மை அதிகமாக இருக்கும்; அத்தோடு புற்றுநோய் மருந்துகளாலும் அலர்ஜி தொடர்பான பாதிப்புகள் ஏற்பட வாய்ப்புகள் அதிகம் உண்டு.

K யோகலிங்கம்
பிரதம முகாமைத்துவ சேவை உத்தியோகத்தர்

M.I.M. அஸாப்
முகாமைத்துவ சேவை உத்தியோகத்தர்

கனவின் வெள்ளிச் சுடர்

சிறுகதை

சஜி, மட்டக்களப்பு.

காலை இன்னும் முழுமையாக விடிந்திருக்கவில்லை. மலைத்தொடர்களின் பின்னால் சூரியன் மெதுவாகத் தலைதூக்கிக் கொண்டிருந்தான். அந்தச் சிறிய கிராமத்தின் மண்ணிற வீடுகளில் ஒன்றில், லாவண்யா தனது பாடப்புத்தகத்தின் மீது தன் கண்களைப அகல விரித்தபடி அமர்ந்திருந்தாள்.

“இன்னும் கொஞ்ச நேரம் தான். விஞ்ஞானப் பரீட்சை நல்லா எழுதணும்...” என்று தன்னைத்தானே ஊக்கப்படுத்திக் கொண்டாள். அவளது கண்கள் சோர்வாக இருந்தன. முந்தைய இரவும் மின்சாரம் இல்லாததால் குப்பிலாம்பின் வெளிச்சத்தில் படித்திருந்தாள். ஆனால் அவளது மனதில் மட்டும் இருள் இல்லை. அங்கே ஒரு பெரிய கனவு எரிந்து கொண்டிருந்தது.

“நான் ஒரு நாள் வைத்தியராக வேண்டும்.” அந்தக் கனவே அவளை உயிர்ப்பித்துக் கொண்டிருந்தது. ஆனால் வீட்டின் மறுபுறம் இருந்து எழுந்த சத்தம் அந்த அமைதியைக் கிழித்தெறிந்தது. “நீ என்னை மதிக்கவே இல்ல!” என்று தந்தையின் குரல் இடியென ஒலித்தது. லாவண்யாவின் தாய் அமைதியாகப் பேச முயன்றாள். “புள்ளை விடிஞ்சா பரீட்சை எழுதப் போறாள். தயவு செய்து சண்டை வேணாம்...”. ஆனால் குடியின் போதையில் இருந்த தந்தை கேட்கவில்லை. சில நிமிடங்களில் வீட்டுக்குள் பாத்திரங்கள் உருளும் சத்தம் கேட்டது. லாவண்யா புத்தகத்தை மூடினாள். இவை அவளுக்குப் புதிதல்ல. ஒரு காலத்தில் ஆசிரியராக மதிக்கப்பட்ட மனிதர், இப்போது மதுவுக்கு அடிமையாகிக் குடும்பத்தின் சுமையாக மாறியிருக்கின்றார்.

குளித்து வெளிக்கிட்டு அவள் பரீட்சைக்குச் செல்ல சைக்கிளை எடுத்தபோது அதிர்ச்சியடைந்தாள். இரண்டு டயர்களிலும் காற்றே இல்லை. “அம்மா!” என்று அழைத்தாள் லாவண்யா. தாய் ஓடி வந்தாள். “என்னடி?” “அம்மா பாருங்க, டயர்ல காத்தே இல்ல...” தாய் கண்களை மூடிக் கொண்டாள். விடியற்காலை தந்தை வெளியே சென்றதை அவள் நினைத்தாள். “அவர்தான் செய்திருப்பார்...” என்று மெதுவாகச் சொன்னாள். லாவண்யாவின் இதயம் சுருங்கியது.

அன்றைய நாள் சாதாரண தர விஞ்ஞானப் பரீட்சை. அவள்

ஓடினாள். தாய் அவளுடன் ஓடினாள். பல கிலோமீட்டர்கள் நடந்து, பின்னர் ஒரு லொறியில் ஏறி, இறுதியில் பரீட்சை நிலையத்தை அடைந்தாள். ஆனால் நேரம் ஏற்கனவே கடந்துவிட்டது. அவள் எழுதியிருந்தாலும், மனம் சிதறியிருந்தது.

முடிவுகள் வெளியானபோது கிராமமே ஆச்சரியப்பட்டு நின்றது. எல்லாப் பாடங்களிலும் அதிவிசேட சித்தி. விஞ்ஞானத்தில் மட்டும் திறமைச் சித்தி. "இது நியாயமில்லை," என்று பலரும் சொன்னார்கள். ஆனால் வாழ்க்கை நியாயத்தைக் கேட்டுப் பயணிப்பதில்லையே. அது காட்டாற்று வெள்ளம் போல முன்னே செல்லும் ஒன்றல்லவா!

சாதாரண தர முடிவுகளுக்குப் பிறகு புதிய பிரச்சினை எழுந்தது. லாவண்யா படித்த கிராமப் பாடசாலையில் உயிரியல் விஞ்ஞானப் பிரிவு இல்லை. அருகிலுள்ள நகரப் பாடசாலைக்குச் செல்ல வேண்டியிருந்தது. தாயும் மகளும் அந்தப் பாடசாலையின் அதிபரைச் சந்தித்தனர். "விஞ்ஞானத்தில அதிவிசேட சித்தி இல்லையே," என்றார் அவர். "சார், அவளால்தான் எழுத முடியல. சூழ்நிலை..." என்று தாய் விளக்கினாள்.

விதி விதிதான். அதிபர் கூறினார், " ஒ எல் சோதனையில விஷேட சித்தி பெற்று வாற பிள்ளைகளே ஏ. எல்லுக்கு வந்து கோட்டை விடுதுகள், உங்கட புள்ள திறமைச் சித்திய மட்டும் வச்சுக் கொண்டு ஏன் இந்த ஆசை, தொழில்நுட்பப் பிரிவில வேணுமெண்டா சேர்த்துக் கொள்றம்." அம்மா கெஞ்சிப் பார்த்தாள். அதிபர் கடுகடுப்புடன், " உங்களோட இதுக்கு மேல கதைக்க எனக்கு நேரம் இல்ல. வேற ஒரு பள்ளியில கொண்டு போய் முயற்சி செய்து பாருங்க.' என்று மறுத்தார்.

அந்த ஒரு வார்த்தை தாயின் இதயத்தை நொறுக்கியது. அடுத்த சில வாரங்கள், பாடசாலை, கல்வி அலுவலகம் என்று ஓட்டமாக மாறின. பலரிடம் கெஞ்சினாள். சிலர் இரக்கம் காட்டினர். பலர் அலட்சியம் செய்தனர். ஒருநாள் பாடசாலை அலுவலகத்தின் வெளியே அமர்ந்திருந்த தாய் கதறி அழுதாள். "என் பிள்ளை பயோ படிக்கனும் சார்... அவளுக்கு வேற எதுவும் வேணாம்..."

அந்தக் கண்ணீரைப் பார்த்த சில ஆசிரியர்கள் தலையிட்டனர். நீண்ட போராட்டத்தின் முடிவில் அனுமதி கிடைத்தது. அன்று வீட்டிற்குத் திரும்பும் வழியில் தாய் அழுதாள். இந்த முறை துக்கத்தால் அல்ல. நிம்மதியால்.

உயர்தர வாழ்க்கை ஆரம்பமானது. ஆனால் புதிய உலகம் இன்னும் கடினமாக இருந்தது. வகுப்பில் இருந்த பல மாணவர்கள் பிரபல தனியார் கல்வி நிலையங்களில் படித்துக் கொண்டிருந்தனர். அவர்களிடம் விலையுயர்ந்த குறிப்புகள், அச்சிடப்பட்ட புத்தகங்கள், விஷேட வகுப்புகளில் கொடுக்கப்படும் மாதிரி வினா விடைகள். வைத்தியர்களும் பொறியியலாளர்களும் கூட ஆசிரியர்களாக மாறி சில தனியார் கல்வி நிலையங்களில் உயர்ந்த கட்டணம் வசூலித்துக் கற்பித்துக் கொண்டிருந்தனர்.

லாவண்யாவிடம் இருந்தது பழைய புத்தகங்களும் ஒரு சில குறிப்புகளும் மட்டுமே. பல நாள்களில் பேருந்துக் கட்டணத்துக்கே பணம் இருக்காது. மதிய உணவாக வெறும் தண்ணீர் குடித்துக் கொண்டு வகுப்பில் அமர்ந்த நாள்களும் இருந்தன.

பாடசாலையிலும் எல்லோரும் உதவவில்லை. மற்ற மாணவர்களும்

போட்டி கருதி அவளுடன் எதையும் பகிர்ந்து கொள்ளத் தயாராக இருக்கவில்லை. சில ஆசிரியர்கள் பாடத்தை வாசித்துக் காட்டிவிட்டுச் சென்றுவிடுவார்கள். சிலர் பழைய குறிப்புகளை மீண்டும் மீண்டும் கூறுவார்கள். சந்தேகம் கேட்டால் “இதுக்கு மேல என்னைக் கேட்காதே, அந்த விஷயம் எல்லாம் விளங்கி எடுக்கிறதா இருந்தா அதுக்கு ஒரு ஷ்பெசல் புத்தி வேணும்.” என்று சிலர் சொல்வார்கள். ஒரு ஆசிரியர், “உன் விடைகளை திருத்தித் தருகிறேன்,” என்று வாங்கிச் சென்ற நோட்டுப் புத்தகத்தை மாதங்கள் கடந்தும் திருப்பிக் கொடுக்கவில்லை.

லாவண்யாவின் மனம் சில நேரங்களில் உடைந்தது. ஆனால் ஒரு ஆசிரியை மட்டும் வேறுபட்டிருந்தார். இரசாயனவியல் ஆசிரியை. “வறுமை ஒரு குறை இல்லை,” என்று அவர் அடிக்கடி சொல்வார். “அது ஒரு ஆரம்ப நிலை மட்டுமே.” ஒருநாள் வகுப்புக்குப் பிறகு லாவண்யாவை அழைத்தார். “நீ வைத்தியராகணும்னு நினைக்கிறியா?” “ஆம் டீச்சர்.” “அப்படின்னா அந்தக் கனவை யாருக்கும் கொடுக்காதே.” அந்த வார்த்தைகள் அவளது உள்ளத்தில் தீப்பொறியாக விழுந்தன.

ஆனால் இன்னொரு புயல் காத்திருந்தது. அவளது வீட்டிற்கு அடுத்திருந்த பணக்காரக் குடும்பத்தினருக்கு அவளைப் பார்த்தாலே விருப்பமில்லை. “உங்க பொண்ணால டாக்டர் ஆக முடியாது,” என்று தாயிடம் கூறினர். “உயிரியல் பிரிவில படிச்சி கேம்பசுக்கு போகாட்டி என்ன பயன்? பேசாம கலைப் பிரிவுக்கு மாற்றுங்க.” லேசா கேம்பசுக்கு போவாள், வெளிக்கிட்டு வந்தா எப்பயோ ஒரு நாளைக்கு எதெண்டாலும் ஒரு அரசாங்க ஒப்பிஸ்ல ஒரு வேலை கெடைக்கும், மாசா மாசம் சம்பளத்த எடுத்துச் சாப்புட்டுத்து இரிக்கலாம். அதுவும் இல்லண்டா ஒரு கொலிஜுக்கு போய் ஒரு ஆசிரியையாகவாவது ஆகலாம்.”

அந்த வார்த்தைகள் தாயின் மனதில் ஆழமாக விழுந்தன. ஒருநாள் தாய் தயக்கத்துடன் கேட்டாள். “லாவண்யா... வேற பிரிவு போனால் நல்லதா இருக்கும்?” அவள் அமைதியாகத் தாயைப் பார்த்தாள். “அம்மா, நான் முடியும்னு நம்புறேன்.” “ஆனா...” “எல்லாரும் முடியாதுன்னு சொல்றாங்க. ஆனா நான்

முடிச்சுக் காட்டுவன்.” தாய் பதில் சொல்லவில்லை. ஆனால் அந்த இரவு முதல் தான் வைத்தியராக வேண்டும் என்று மீண்டும் உறுதி பூண்டாள். உயர்தரப் பரீட்சை நெருங்கியது. அந்த நேரத்தில் ஒரு எதிர்பாராத மனிதர் அவர்களின் வாழ்க்கைக்குள் வந்தார். அந்தப் பிரதேசத்திற்குப் பொறுப்பாகப் புதிதாகப் பதவி ஏற்றுக்கொண்ட பிரதேச செயலாளர். ஒரு பொது நிகழ்ச்சியில் லாவண்யா “வறுமையும் முயற்சியும்” எனும் தலைப்பில் பேசியதை அவர் கேட்டிருந்தார். பின்னர் அவளது நிலைமையைப் பற்றி அறிந்து கொண்டார்.

அடுத்த வாரமே அவர்களது வீட்டுக்கு வந்தார். கூரை ஒழுகும் வீட்டையும் பழைய மேசையையும் பார்த்தார்.

லாவண்யாவின் புத்தகங்களைப் பார்த்தார். அவளது மதிப்பெண் அறிக்கைகளைப் பார்த்தார். "இந்தப் பிள்ளைக்கு உதவி தேவை," என்று மனதில் எண்ணிக் கொண்டவராய் வெளியேறினார். அவரது முயற்சியால் சில நன்கொடையாளர்கள் இணைந்தனர். புத்தகங்கள் கிடைத்தன. பயணச் செலவு கிடைத்தது. சிறிய உதவித்தொகையும் கிடைத்தது. முதன்முறையாக லாவண்யா தனக்காக உலகின் கதவுகள் கொஞ்சம் திறக்கப்படுவதை உணர்ந்தாள்.

உயர்தரப் பரீட்சை முடிந்தது. முடிவுக்காகக் காத்திருக்கும் நாள்கள் மிக நீண்டதாக இருந்தன. இறுதியில் அந்த நாள் வந்தது. பிரதேச செயலாளரின் அறையில் இருந்த கணினித் திரையின் முன் லாவண்யா நடுங்கிக் கொண்டிருந்தாள். தாய் அருகில் நின்றாள். முடிவுகள் திறந்தன. ஒரு நொடி. இரண்டு நொடிகள். பின்னர் அவளது கண்களில் கண்ணீர் வழிந்தது. "அம்மா..." "என்னடி?" "எனக்கு மருத்துவப் பீடம் கிடைச்சிருக்கு..." தாய் நம்ப முடியாமல் கணினித் திரையைப் பார்த்தாள். அடுத்த கணம் மகளை அணைத்துக் கொண்டாள்.

இருவரும் கண்ணீர்மல்கக் கைகளைத் தூக்கிக் கும்பிட்டபடி, பிரதேச செயலாளருக்கு நன்றி தெரிவித்துவிட்டு, வீட்டிற்கு வந்து சேர்ந்தனர். அப்போதும் அவளின் தந்தை நிறை வெறியில் முனகிக்கொண்டே படுத்திருந்தார். ''இண்டைக்கு ரிசல்ட் வருதாம், என்னத்தக் கிழிக்கப் போறாள் உண்ட புள்ள''. தாயும் மகளும் தேம்பித் தேம்பி அழுதனர். வீட்டின் பழைய சுவர்களுக்குள்

அந்த அழுகை பல ஆண்டுகால வேதனைகளின் விடுதலையாக ஒலித்தது.

சில மாதங்களுக்குப் பிறகு, மருத்துவ பீடத்திற்குச் செல்லும் நாளில் லாவண்யா தனது கிராமத்தின் எல்லையில் நின்றாள். அவள் பின்னால் பார்த்தாள். அந்த மண் வீடு. கண்ணீரால் நனைந்த தாயின் முகம். மண்ணெண்ணெய் விளக்கு. காற்று கழற்றப்பட்ட சைக்கிள். அனைத்தும் நினைவுக்கு வந்தன. அப்போது அவள் உணர்ந்தாள். தன்னை வெற்றியடையச் செய்தது வசதிகள் அல்ல. விஷேட வகுப்புகளின் குறிப்புகளும் அல்ல. அதிர்ஷ்டமும் அல்ல. வீழாமல் இருக்கத் தேர்ந்தெடுத்த மனம்மட்டும் தான்.

பேருந்து மெதுவாக நகர்ந்தது. கிராமம் தொலைவில் மறைந்து கொண்டிருந்தது. ஆனால் அந்தச் சிறிய கிராமத்திலிருந்து எழுந்த ஒரு கனவு, அந்த நாள் முதல் எண்ணற்ற ஏழைப் பிள்ளைகளின் கண்களில் வெள்ளிச்சுடராக ஒளிரத் தொடங்கியது.

புன்னகையின் பின்னால் மறையும் வேதனைகள் : இன்றைய கணவன்மாரின் சொல்லப்படாத கதைகள்

ஒரு குடும்பத்தின் புகைப்படத்தை நாம் பார்க்கும்போது, அதில் புன்னகையுடன் நிற்கும் ஒரு மனிதரை எளிதாகக் காணலாம். அவர் ஒரு கணவன், ஒரு தந்தை, ஒரு மகன், ஒரு சகோதரன். குடும்பத்தின் பாதுகாவலனாகவும், பொறுப்புகளைத் தாங்கும் தூணாகவும் அவர் கருதப்படுகிறார். ஆனால் அந்தப் புன்னகையின் பின்னால் எத்தனை கவலைகள் மறைந்திருக்கின்றன? எத்தனை கனவுகள் தியாகம் செய்யப்பட்டிருக்கின்றன? எத்தனை வேதனைகள் வார்த்தைகளாக வெளிவராமல் மனதின் ஆழத்தில் புதைந்து கிடக்கின்றன? இன்றைய இலங்கைத் தமிழ் சமூகத்தில் பல கணவன்மார் எதிர்கொள்ளும் வாழ்க்கைப் போராட்டங்கள் பெரும்பாலும் பேசப்படாத கதைகளாகவே இருந்து வருகின்றன. ஒரு காலத்தில் குடும்பத்தின் தேவைகள் குறைவாக இருந்தன. வாழ்க்கை எளிமையாக இருந்தது. ஆனால் இன்று பொருளாதாரச் சூழ்நிலை முற்றிலும் மாறிவிட்டது. உணவுப் பொருள்களின் விலை உயர்வு, மின்சாரக் கட்டணம், கல்விச் செலவுகள், மருத்துவச் செலவுகள், வீட்டு வாடகை அல்லது வீட்டுக் கடன், போக்குவரத்துச் செலவுகள் என அன்றாட வாழ்க்கையே பெரும் பொருளாதாரச் சுமையாக மாறியுள்ளது. குறிப்பாக நடுத்தர வருமானம் கொண்ட குடும்பங்களில் கணவன்மார் இந்தச் சுமையின் பெரும்பகுதியைத் தமது தோள்களில் சுமக்கின்றனர்.

ஒவ்வொரு மாதமும் சம்பளம் கிடைக்கும் நாளில் தொடங்கும் நிம்மதி, சில நாட்களிலேயே செலவுப் பட்டியல்களின் அழுத்தத்தில் கரைந்துவிடுகிறது. பிள்ளைகளின் கல்வி, குடும்ப உறுப்பினர்களின் தேவைகள், சமூக நிகழ்வுகள், எதிர்பாராத மருத்துவச் செலவுகள் ஆகியவற்றைச் சமாளிக்கும்போது பல கணவன்மார் தமது சொந்தத் தேவைகளையே புறக்கணிக்கின்றனர். அவர்களுடைய ஆசைகள், விருப்பங்கள், ஓய்வு மற்றும் தனிப்பட்ட மகிழ்ச்சிகள் குடும்ப நலனுக்காக அமைதியாகத் தியாகம் செய்யப்படுகின்றன.

பொருளாதாரச் சுமையை விட சில நேரங்களில் சமூக அழுத்தங்களே அதிக வேதனையை அளிக்கின்றன. இன்றைய சமூகத்தில் ஒரு மனிதனின் பெறுமதி பல நேரங்களில் அவரது வருமானம், வீடு, வாகனம் அல்லது பொருளாதார நிலையை அடிப்படையாகக் கொண்டு மதிப்பிடப்படுகிறது. திருமண விழாக்கள், குடும்ப நிகழ்வுகள், சமூகச் சந்திப்புகள் போன்ற இடங்களில் மற்றவர்களுடன் ஒப்பிடப்படும் நிலை உருவாகிறது. "அவர் இப்படிச் செய்தார் நீங்கள் ஏன் முடியாது?" என்ற கேள்விகள் பல கணவன்மாரின் மனதில் காயங்களை உருவாக்குகின்றன. சமூக மரியாதையைப் பாதுகாக்க வேண்டிய கட்டாயம் அவர்களை வருமானத்தை மீறிய செலவுகளுக்கும் கடன்களுக்கும் தள்ளுகிறது.

இலங்கைத் தமிழ் சமூகத்தில் குடும்பப் பொறுப்புகளுக்கு மிகுந்த முக்கியத்துவம் வழங்கப்படுகிறது. இது ஒரு நல்ல பண்பாக இருந்தாலும், சில நேரங்களில் கணவன்மாரின் மனநலத்திற்கு சவாலாக மாறுகிறது. ஒரு நல்ல கணவனாகவும், நல்ல தந்தையாகவும், நல்ல மகனாகவும் இருக்க வேண்டும் என்ற எதிர்பார்ப்புகள் அவர்கள்மீது தொடர்ந்து அழுத்தத்தை ஏற்படுத்துகின்றன. அனைவரையும் மகிழ்ச்சியாக வைத்திருக்க முயற்சிக்கும் போது, தமது சொந்த மனநிலையைப் பற்றிக் கவலைப்படுவதற்கு அவர்களுக்கு நேரமோ வாய்ப்போ கிடைப்பதில்லை.

மனநலம் பற்றிய உரையாடல்கள் அதிகரித்துள்ள இக்காலத்திலும், ஆண்களின் மனநலம் இன்னும் போதிய கவனத்தைப் பெறவில்லை. "ஆண் அழக்கூடாது", "ஆண் பலவீனத்தை வெளிப்படுத்தக்கூடாது", "எதையும் தாங்க வேண்டும்" போன்ற சமூக நம்பிக்கைகள் பல தலைமுறைகளாக ஆண்களின் மனதில் பதியப்பட்டுள்ளன. இதன் விளைவாக பல கணவன்மார் தமது கவலைகள், அச்சங்கள், மனஅழுத்தங்கள் மற்றும் தோல்வி உணர்வுகளை யாரிடமும் பகிராமல் உள்ளுக்குள் சுமந்து செல்கின்றனர். வெளியே அவர்கள் புன்னகைக்கலாம்; ஆனால் உள்ளுக்குள் அவர்கள் அமைதியாக உடைந்து கொண்டிருக்கலாம்.

உணர்வுகளை வெளிப்படுத்த முடியாத இந்த நிலை குடும்ப உறவுகளையும் பாதிக்கிறது. பல கணவன்மார் தமது மனைவியிடமோ பிள்ளைகளிடமோ தமது உணர்வுகளைப் பகிர்ந்து கொள்ளத் தயங்குகின்றனர். அவர்களது மௌனம் சில நேரங்களில் தவறாகப் புரிந்துகொள்ளப்படுகிறது. அன்பு இல்லாததுபோல் தோன்றும் இந்த மௌனத்தின் பின்னால் உண்மையில் அக்கறை, பொறுப்பு மற்றும் கவலை மறைந்திருக்கலாம். ஆனால் உரையாடல் இல்லாதபோது உறவுகளுக்கிடையே இடைவெளிகள் உருவாகின்றன.

இலங்கைத் தமிழ் சமூகத்தில் வெளிநாட்டு வேலைவாய்ப்பும் ஒரு முக்கியமான சமூகப் பிரச்சினையாக மாறியுள்ளது. குடும்பத்தின் பொருளாதார நிலையை உயர்த்த வேண்டும் என்ற நோக்கில் பல கணவன்மார் மத்திய கிழக்கு நாடுகள், ஐரோப்பா, ஆஸ்திரேலியா

மற்றும் பிற நாடுகளுக்குச் செல்கின்றனர். அவர்கள் சம்பாதிக்கும் பணம் குடும்பத்தின் வாழ்க்கைத் தரத்தை உயர்த்தக்கூடும். ஆனால் அதற்காக அவர்கள் செலுத்தும் உணர்வுசார் விலை மிகவும் அதிகமானது.

தமது பிள்ளைகள் வளர்வதை நேரில் காண முடியாத தந்தைகள் உள்ளனர். குடும்ப விழாக்கள், பிறந்தநாள்கள், பாடசாலை நிகழ்வுகள் போன்ற முக்கிய தருணங்களை தொலைபேசித் திரைகளின் வழியாக மட்டுமே காணும் கணவன்மாரும் உள்ளனர். தனிமை, குடும்பப் பிரிவு, வேலை அழுத்தம் மற்றும் கலாசார வேறுபாடுகள் அவர்களது மனநலத்தைப் பாதிக்கின்றன. பலர் வெளிநாட்டில் கண்ணீரை மறைத்து உழைக்கின்றனர்; ஏனெனில் அவர்களது குடும்பத்தின் எதிர்காலம் அவர்களது தோள்களில் தங்கியுள்ளது.

குடும்ப உறவுகளிலும் கணிசமான மாற்றங்கள் ஏற்பட்டு வருகின்றன. தொழில்நுட்ப வளர்ச்சி, வேலைப் பளு மற்றும் சமூக ஊடகங்களின் தாக்கம் காரணமாக குடும்ப உறுப்பினர்கள் ஒன்றாகச் செலவிடும் நேரம் குறைந்துள்ளது. ஒரே வீட்டில் வாழ்ந்தாலும், உணர்வுபூர்வமான தொடர்புகள் பலவீனமடைந்து வருகின்றன. இதனால் கணவன்மாருக்கும் மனைவிமாருக்கும் இடையே புரிந்துணர்வு குறைவதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகரிக்கின்றன. குடும்ப உறவுகளின் வலிமை குறையும்போது, மனஅழுத்தங்களைப் பகிர்ந்து கொள்ளும் பாதுகாப்பான இடத்தையும் பல கணவன்மார் இழக்கின்றனர்.

இருப்பினும், இந்தப் பிரச்சினைகளுக்கான தீர்வுகளும் உண்டு. குடும்பங்களில் திறந்த உரையாடல் வளர்க்கப்பட வேண்டும். கணவன்மாரின் உணர்வுகளும் மதிக்கப்பட வேண்டும். மனநலம் பற்றிய விழிப்புணர்வு அதிகரிக்கப்பட வேண்டும். பொருளாதாரத் திட்டமிடல் மற்றும் சிக்கனமான வாழ்க்கை முறைகள் ஊக்குவிக்கப்பட வேண்டும். மிக முக்கியமாக, ஒரு மனிதனின் பெறுமதி அவரது வருமானத்தால் அல்ல; அவரது மனிதநேயத்தாலும் அன்பாலும் பொறுப்புணர்வாலும் அளவிடப்பட வேண்டும் என்ற சமூகப் புரிதல் உருவாக வேண்டும்.

இன்றைய கணவன்மாரின் வாழ்க்கை வெளியில் காணப்படுவது போல எளிதானதல்ல. அவர்களது புன்னகையின் பின்னால் எண்ணற்ற கவலைகளும் தியாகங்களும் மறைந்துள்ளன. அவர்கள் குடும்பத்திற்காக உழைக்கின்றனர், கனவுகளைத் தியாகம் செய்கின்றனர், கண்ணீரை மறைக்கின்றனர், நம்பிக்கையை மட்டும் கையில் பிடித்துக் கொண்டு முன்னேறுகின்றனர். எனவே அவர்களை வெறும் பொறுப்புகளை நிறைவேற்றும் மனிதர்களாக மட்டும் பார்க்காமல், உணர்வுகளும் கனவுகளும் கொண்ட மனிதர்களாகப் புரிந்துகொள்வது அவசியமாகும். ஒரு குடும்பத்தின் வலிமை அதன் பொருளாதார வளத்தில் அல்ல, ஒருவரின் வேதனையை மற்றவர் புரிந்துகொள்ளும் அன்பான உறவுகளில் தான் இருக்கிறது. அந்தப் புரிதல் உருவாகும் நாளில்தான் பல கணவன்மாரின் சொல்லப்படாத கதைகள் நிம்மதியின் கதைகளாக மாறும்.

பத்திநாதன் இருதயராஜா
கல்லடி.

பொது அறிவு

தயாலிங்கம் தர்ஷாணிக்கா, தரம் - 03, கமு/ சது/ கண்ணகி வித்தியாலயம்

01. பித்தப்பை இல்லாத விலங்கு	-	எலி
02. மலேரியா கிருமியைக் காவும் பிராணி	-	நுளம்பு
03. விண்வெளிக்கு முதன் முதல் சென்ற உயிரினம்	-	நாய்
04. சூடான காலங்களில் நீரில் படுத்திருக்கும் மிருகம்	-	எருமை
05. தனது பின் பக்கத்தால் மரம் ஏறும் விலங்கு	-	கரடி
06. பூவினால் சுவாசிக்கும் பிராணி	-	மீன்
07. அழகிய கூடு கட்டும் பறவை	-	தூக்கணாங்குருவி
08. நாக்கில்லாத பிராணி	-	முதலை
09. அதிக நீர் அருந்தும் பறவை	-	புறா
10. ஞாபக சக்தி கூடிய மிருகம்	-	யானை
11. சாகும் வரை வளரும் பிராணி	-	மீன்
12. சூரியன் உதிக்கும் திசை	-	கிழக்கு
13. சூரியன் மறையும் திசை	-	மேற்கு
14. வானவில்லில் உள்ள நிறங்கள்	-	ஏழு
15. நாம் சுவாசிக்கும் வாயு	-	ஒட்சிசன்
16. இலங்கையின் மிக நீளமான நதி	-	மகாவலி கங்கை
17. சமாதானத்தைக் குறிக்கும் நிறம்	-	வெள்ளை
18. இலங்கைக்கு அருகில் உள்ள நாடு	-	இந்தியா
19. இந்து சமுத்திரத்தின் முத்து என அழைக்கப்படுவது	-	இலங்கை
20. இலவசக்கல்வியின் தந்தை	-	CWW. கன்னங்கரா
21. இலங்கையின் தேசியமலர்	-	நீலோற்பலம்
22. யானை கட்டும் இடம்	-	பந்தி
23. யானைகளைப் பழக்கி அடக்கும் கருவி	-	அங்குசம்
24. சிங்கம் வசிக்கும் இடம்	-	குகை
25. வெளியே விதை தெரியும் கனி	-	மரமுந்திரிகைப்பழம்

உங்கள் காணிக்கு வேறொருவர் சட்ட முரணாக (உறுதி அல்லது அனுமதி பத்திரம்) ஆவணம் தயாரித்துள்ளாரா? பதற வேண்டாம் சட்டப்படி எதிர்கொள்ளுங்கள்

சொத்து என்பது வெறும் நிலம் மட்டுமல்ல, அது ஒரு குடும்பத்தின் கௌரவம் மற்றும் எதிர்காலம். ஆனால், இன்று நில மாஃபியாக்கள் மற்றும் மோசடிக்காரர்கள் போலி உறுதிகள் (Forged Deeds) அல்லது தவறான தகவல்களை வழங்கி LDO (Land Development Ordinance) உறுதியை உருவாக்கி அனுமதிப் பத்தரங்களைப் பெற்றுக் காணியை அபகரிக்க முயல்கின்றனர்.

உங்கள் காணிக்கு நீங்களே உண்மையான உரிமையாளராக இருக்கும்போது, வேறொருவர் உரிமை கோரினால் நீங்கள் எடுக்க வேண்டிய சட்ட அதிரடி நடவடிக்கைகள் இதோ:

01. ஆதாரங்களைத் திரட்டுங்கள் (Search & Verify). எந்த ஒரு சட்டப் போராட்டத்திற்கும் ஆதாரம் மிக முக்கியம்.

காணிப் பதிவகம் (Land Registry):

உடனடியாக உங்கள் காணி அமைந்துள்ள அதிகார எல்லைக்குட்பட்ட காணிப் பதிவகத்திற்குச் சென்று, அதன் மூலப் பதிவுகளைக் (Extracts) கடந்த 30 - 40 ஆண்டுகளுக்குப் பெற்றுக்கொள்ளுங்கள்.

அங்கே உங்கள் உறுதிக்கு மேலாக வேறொரு புதிய ஆவணம் பதிவு செய்யப்பட்டுள்ளதா? அதன் இலக்கம் என்ன? அது நிறைவேற்றிய திகதி என்ன? அதனை எழுதிய சட்டத்தரணி யார்? போன்ற விபரங்களைச் சேகரியுங்கள்.

02. பொலிஸ் முறைப்பாடு

(Police Complaint). இது ஒரு சிவில் பிரச்சினை மட்டுமல்ல, ஆவண மோசடி என்பது ஒரு குற்றவியல் (Criminal) செயலாகும்.

உடனடியாகப் பொலிஸ் நிலையத்தில் முறைப்பாடு செய்யுங்கள். குறிப்பாக, காணி மோசடிப் பிரிவில் (Land Fraud Bureau) முறைப்பாடு செய்வது பலனளிக்கும்.

முறைப்பாட்டின் பிரதியைப் (Copy) பத்திரமாக வைத்துக்கொள்ளுங்கள். இது எதிர்கால வழக்கு விசாரணைகளுக்குப் பலமான சான்றாகும்.

03. பிரதேச செயலகத்தின் ஊடாக நடவடிக்கை **(For LDO Permits)** ஒருவர் உங்கள் காணிக்கு அரசாங்கத்தின் **LDO** அனுமதிப் பத்திரம் **(Permit/Grant)** எடுத்திருந்தால்:

உடனடியாகச் சம்பந்தப்பட்ட பிரதேச செயலாளர் **(Divisional Secretary)** மற்றும் காணி உத்தியோகத்தருக்கு, அல்லது குடியேற்ற உத்தியோகத்தருக்கு **(Land officer or Colonization Officer)** எழுத்து மூலம் ஆட்சேபனையைத் தெரிவிக்கவும்.

பிழையான தகவல்கள் மூலம் பெறப்பட்ட அனுமதிப் பத்திரங்களை விசாரணை நடத்தி இரத்து செய்யும் அதிகாரம் பிரதேச செயலாளருக்கு உண்டு.

04. நீதிமன்ற வழக்கு **(Legal Action in Court)** உண்மையான உரிமையாளராக நீங்கள் மாவட்ட நீதிமன்றத்தில் **(District Court)** வழக்குத் தாக்கல் செய்யலாம்.

ஆவணத்தை ரத்து செய்தல்: மோசடியாகத் தயாரிக்கப்பட்ட அந்தப் போலி உறுதி அல்லது அனுமதிப் பத்திரம் "செல்லுபடியற்றது" **(Null and Void)** என அறிவிக்கக் கோருதல்.

சொத்துரிமையை உறுதிப்படுத்தல் **(Declaration of Title):** குறித்த காணியின் உண்மையான உரிமையாளர் நீங்கள்தான் என்பதை நீதிமன்றத்தின் மூலம் உறுதிப்படுத்துதல்.

தடையுத்தரவு **(Injunction Order):** வழக்கு முடியும் வரை சம்பந்தப்பட்ட நபர் உங்கள் காணிக்குள் நுழையவோ அல்லது அதனை வேறு எவருக்கும் விற்பனை செய்யவோ முடியாதவாறு தடையுத்தரவு பெறலாம்.

முக்கியமான சட்டப் பிரிவுகள் *(Legal Facts to Know)*:

1. Prescription Ordinance (காலவரையறை கட்டளைச் சட்டம்): உங்கள் காணியை ஒருவர் 10 ஆண்டுகளுக்கு மேல் தடையின்றி, பகிரங்கமாகத் தனது ஆதிக்கத்தில் வைத்திருந்தால், அவர் 'ஆட்சி உரிமை' கோர முடியும். எனவே, ஒருவர் உங்கள் காணியில் அத்துமீறுவதை அறிந்த உடனே நடவடிக்கை எடுப்பது அவசியம்.

2. Theft & Forgery: இலங்கையின் தண்டனைச் சட்டக்கோவையின் படி, போலி ஆவணம் தயாரிப்பது சிறைத்தண்டனைக்குரிய குற்றமாகும்.

தற்காப்பு ஆலோசனைகள்

உங்கள் காணியின் வரலாற்றுப் பிரித்தெடுப்புக்களை (தோம்பு) (Extracts) 2 வருடங்களுக்கு ஒருமுறையாவது சரிபார்க்கும் பழக்கத்தை ஏற்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்.

காணியைச் சரியாக வேலி அடைத்துப் பராமரியுங்கள் சட்டச் சிக்கல் ஏற்பட்டால் காலம் தாழ்த்தாமல் ஒரு சட்டத்தரணியை நாடுங்கள்.

விழிப்புணர்வு ஒரு கேடயம்! இந்தத் தகவலை இப்போதே உங்களால் முடிந்தவரை மற்றவருக்கும் பகிருங்கள்.யாரோ ஒருவரது வாழ்நாள் சொத்து காப்பாற்றப்பட இது உதவலாம்!

முக்கிய குறிப்பு:

இந்த பதிவு கல்வி மற்றும் சட்ட விழிப்புணர்வு நோக்கத்திற்காக மட்டுமே பதிவிடப்படுகின்றது மாறாக வேறு எந்த நோக்கமும் அல்ல. மேலும் இதிலுள்ள சட்ட ஏற்பாடுகள் மற்றும் முடிவுகள் பல விதிவிலக்குகள் விசேட கட்டுப்பாடுகள் மற்றும் நிபந்தனைகள் கொண்டது என்பதையும் கருத்தில் கொள்ளவும்.

தொகுப்பு - ஆர். சுவர்க்கா
சட்டத்தரணி குமாரசிங்கம் கம்ஷன் அவர்களின் கட்டுரையில் இருந்து

கிழக்கு மாகாணக் கிராமங்களின் நிலைபேறான பொருளாதார அபிவிருத்தி:

சவால்களும் சாதனைப் பாதைகளும்

“ஒரு நாட்டின் உண்மையான செல்வம் அதன் நகரங்களில் அல்ல, அதன் கிராமங்களில் வாழும் மக்களின் வாழ்க்கைத் தரத்தில்தான் அளவிடப்படுகிறது” என்ற கருத்து காலத்தால் அழியாத உண்மையாகும். இலங்கையின் கிழக்கு மாகாணம் வளமான இயற்கை வளங்களையும், உழைப்பாற்றல் மிக்க மக்களையும், பரந்தளவிலான விவசாய மற்றும் மீன்பிடி வளங்களையும் கொண்டிருந்தாலும், அதன் பல கிராமங்கள் இன்னும் நிலைபேறான பொருளாதார அபிவிருத்தியை அடைய முடியாமல் போராடிக் கொண்டிருக்கின்றன. பொருளாதார வளர்ச்சி என்பது வெறுமனே வருமான அதிகரிப்பை மட்டும் குறிக்காது. அது சமூக நலன், சுற்றுச்சூழல் பாதுகாப்பு, தொழில்நுட்ப முன்னேற்றம், மனித வள மேம்பாடு மற்றும் தலைமுறைகள் தாண்டித் தொடரக்கூடிய வாழ்வாதார அமைப்புகளை உருவாக்குவதை உள்ளடக்கியதாகும். கிழக்கு மாகாணத்தின் பல கிராமங்கள் எதிர்கொள்ளும் முதன்மையான சவால்களில் ஒன்று வேலைவாய்ப்புப் பற்றாக்குறையாகும். விவசாயம் மற்றும் மீன்பிடித் தொழில் ஆகியவை பெரும்பாலான மக்களின் பிரதான வாழ்வாதாரமாக இருந்தாலும், அவை பருவகால மாற்றங்கள் மற்றும் இயற்கை அனர்த்தங்களால் பாதிக்கப்படுகின்றன. ஒரு பருவத்தில் கிடைக்கும் வருமானம் அடுத்த பருவத்தில் உறுதியாகக் கிடைக்கும் என்பதற்கு எந்த உத்தரவாதமும் இல்லை. இதன் விளைவாக, பல குடும்பங்கள் கடன் சுமையில் சிக்கிக் கொள்கின்றன. வேலைவாய்ப்பின்மை இளைஞர்களை நகரங்களை நோக்கி இடம்பெயரச் செய்கிறது. இதனால் கிராமங்களின் உற்பத்தித் திறனும் மனித வளமும் குறைகின்றன.

இச்சவாலை எதிர்கொள்ள சிறு மற்றும் நடுத்தரத் தொழில் முயற்சிகளை ஊக்குவிப்பது அவசியமாகிறது. விவசாய விளைபொருள்களைப் பெறுமதி கூட்டப்பட்ட பொருள்களாக மாற்றும் தொழில்கள், கைவினைப் பொருள் உற்பத்தி, உணவுப் பதனிடல், தையல் மற்றும் சிறுதொழில்கள் போன்றவற்றை ஊக்குவிப்பதன் மூலம் உள்ளூர் வேலைவாய்ப்புகளை உருவாக்க முடியும். இதற்காக தொழில்முனைவோர் பயிற்சிகள், வட்டியில்லா அல்லது குறைந்த வட்டிக் கடன்கள் மற்றும் சந்தைப்படுத்தல் உதவிகள் வழங்கப்பட வேண்டும்.

இரண்டாவது முக்கியமான சவால் கல்வி மற்றும் திறன் மேம்பாட்டின் குறைபாடாகும். பல கிராமப்புற மாணவர்கள் தரமான கல்வி வளங்களைப் பெறுவதில் இன்னும் சிரமங்களை எதிர்கொள்கின்றனர். கல்வி என்பது வெறும் பட்டங்களைப் பெறுவதற்கான கருவி அல்ல, அது பொருளாதார மாற்றத்தின் அடித்தளமாகும். திறமையான மனித வளம் இல்லாமல் எந்தச் சமூகமும் முன்னேற முடியாது.

எனவே, தகவல் தொழில்நுட்பக் கல்வி, தொழிற்பயிற்சி, மொழித் திறன் வளர்ச்சி மற்றும் தொழில்முனைவுப் பயிற்சிகள் ஆகியவற்றை கிராம மட்டத்திலேயே கொண்டு செல்ல வேண்டும். இன்றைய உலகில் அறிவே மிகப் பெரிய முதலீடு. அறிவைப் பெற்ற சமூகங்கள் வறுமையை வென்று வளமான எதிர்காலத்தை உருவாக்குகின்றன.

மூன்றாவது சவால் போதிய அடிப்படை வசதிகள் இல்லாமையாகும். பல கிராமங்களில் வீதி வசதிகள், போக்குவரத்துச் சேவைகள், நீர்ப்பாசன அமைப்புகள், மின்சார விநியோகம் மற்றும் இணைய வசதிகள் இன்னும் போதுமான அளவில் இல்லை. ஒரு விவசாயி தனது உற்பத்தியை சந்தைக்குக் கொண்டு செல்ல முடியாவிட்டால் அவரது உழைப்பு முழுமையான பயனைத் தராது. ஒரு மாணவன் இணைய வசதி இல்லாமல் உலக அறிவைப் பெற முடியாது.

எனவே, கிராமப்புற உட்கட்டமைப்புகளை மேம்படுத்துவது பொருளாதார அபிவிருத்தியின் முக்கிய அங்கமாக இருக்க வேண்டும். வீதிகள் அமைப்பது மட்டுமல்ல, அவை சந்தைகளை இணைக்கும் பாலங்களாக மாற வேண்டும். இணைய இணைப்புகளை வழங்குவது மட்டுமல்ல, அவை அறிவை இணைக்கும் வாயில்களாக மாற வேண்டும்.

நான்காவது சவால் காலநிலை மாற்றத்தின் தாக்கமாகும். வெள்ளம், வறட்சி, கடலரிப்பு மற்றும் பருவநிலை மாற்றங்கள் விவசாய மற்றும் மீன்பிடித் துறைகளுக்கு பெரும் பாதிப்பை ஏற்படுத்துகின்றன. சுற்றுச்சூழலைப் புறக்கணித்து மேற்கொள்ளப்படும் பொருளாதார வளர்ச்சி நீண்டகாலத்தில் நிலைத்திருக்காது. ஆகவே, நிலைபேறான அபிவிருத்தி என்பது இயற்கையுடன் இணைந்து முன்னேறுவதாக இருக்க வேண்டும்.

இதற்காக காலநிலைக்கு ஏற்ற விவசாய முறைகள், மழைநீர் சேகரிப்பு, இயற்கை வளப் பாதுகாப்பு, மர நடுகைத் திட்டங்கள் மற்றும் புதுப்பிக்கத்தக்க சக்திப் பயன்பாடுகள் ஊக்குவிக்கப்பட வேண்டும். இயற்கையைப் பாதுகாக்கும் சமூகங்களே எதிர்கால பொருளாதாரத்தைப் பாதுகாக்கும் சமூகங்களாக மாறுகின்றன.

ஐந்தாவது சவால் சமூக ஒற்றுமை மற்றும் பங்கேற்பின் பற்றாக்குறையாகும். அபிவிருத்தி என்பது அரசாங்கத்தின் பொறுப்பு மட்டுமல்ல, அது மக்கள், தனியார் துறை, சமூக அமைப்புகள் மற்றும் கல்வி நிறுவனங்கள் இணைந்து மேற்கொள்ள வேண்டிய கூட்டுப் பயணமாகும். மக்கள் பங்கேற்பின்றி உருவாக்கப்படும் எந்த அபிவிருத்தித் திட்டமும் நீண்டகால வெற்றியைப் பெற முடியாது.

எனவே, கிராம அபிவிருத்திச் சங்கங்கள், பெண்கள் குழுக்கள், இளைஞர் அமைப்புகள் மற்றும் சமூக அடிப்படையிலான நிறுவனங்கள் வலுப்படுத்தப்பட வேண்டும். ஒரு கிராமத்தின் முன்னேற்றம் அதன் வளங்களில் அல்ல, அதன் மக்களின் ஒற்றுமையிலும் செயற்பாட்டிலும் தங்கியுள்ளது.

இவற்றையெல்லாம் கருத்தில் கொண்டால், கிழக்கு மாகாணக் கிராமங்களின் பொருளாதார அபிவிருத்தி சாத்தியமற்ற கனவல்ல என்பது தெளிவாகிறது. வேலைவாய்ப்புகளை உருவாக்குதல், கல்வியை மேம்படுத்துதல், அடிப்படை வசதிகளை விரிவுபடுத்துதல், சுற்றுச்சூழலைப் பாதுகாத்தல் மற்றும் சமூகப் பங்கேற்பை உறுதிப்படுத்துதல் ஆகிய ஐந்து தூண்கள் மீது எதிர்கால வளர்ச்சி கட்டியெழுப்பப்பட வேண்டும்.

ஒரு விதை மண்ணில் புதைக்கப்படும் போது அது அழிந்துவிட்டதாகத் தோன்றலாம். ஆனால் அதே விதை காலப்போக்கில் வேரூன்றி மரமாக வளர்கிறது. அதுபோல, இன்று கிழக்கு மாகாணக் கிராமங்களில் மேற்கொள்ளப்படும் சரியான முதலீடுகள், அறிவார்ந்த திட்டமிடல்கள் மற்றும் மக்களின் ஒருங்கிணைந்த முயற்சிகள் நாளைய வளமான சமூகங்களின் அடித்தளமாக அமையும். வறுமையை வாய்ப்பாகவும், சவால்களை சாதனைகளாகவும் மாற்றும் ஆற்றல் இந்த மண்ணுக்கும் மக்களுக்கும் உண்டு. அந்த ஆற்றலை விழிப்பூட்டிச் செயலாக்கும் போது, கிழக்கு மாகாணத்தின் கிராமங்கள் பொருளாதார ரீதியாக மட்டுமன்றி சமூக மற்றும் மனிதத்தர வளர்ச்சியிலும் நாட்டிற்கே முன்மாதிரியாக விளங்கும் என்பது ஐயமற்ற உண்மையாகும்.

பே. பிரபாகரன், மகிழூர்

இலங்கையில் 'பேபால்' (PayPal) சேவையின் வரலாற்றுச் சிறப்புமிக்க அறிமுகம் :

டிஜிட்டல் பொருளாதாரத்தை நோக்கி ஒரு புதிய சகாப்தம்

"நாவெளி" மின்னிதழின் வாசகர்களுக்கு அன்பான வணக்கங்கள். இந்த மாதத்திற்கான தொழில்நுட்பக் கட்டுரையில், இலங்கையின் டிஜிட்டல் பொருளாதாரப் பயணத்தில் ஒரு மைல்கல்லாக அமைந்துள்ள 'பேபால்' (PayPal) சேவையின் அதிகாரப்பூர்வ அறிமுகம் குறித்து நாம் விரிவாக ஆராயவுள்ளோம். 2026ஆம் ஆண்டு மே மாதம் 15ஆம் திகதி, இலங்கை டிஜிட்டல் பரிவர்த்தனைத் துறை ஒரு புதிய சகாப்தத்திற்குள் நுழைந்துள்ளது. பல ஆண்டுகளாக இலங்கையின் தகவல் தொழில்நுட்ப வல்லுநர்கள், சுயாதீனப் பணியாளர்கள் (Freelancers), மற்றும் வர்த்தகர்கள் எதிர்பார்த்துக் காத்திருந்த இந்த வசதி, தற்போது நனவாகியுள்ளது.

இந்தப் புதிய தொழில்நுட்ப வசதி என்றால் என்ன, இது எவ்வாறு செயல்படுகிறது, இதனால் இலங்கையர்களுக்கும் குறிப்பாக அரச துறைக்கும் எத்தகைய நன்மைகள் கிடைக்கவுள்ளன என்பதை இந்தக் கட்டுரையின் ஊடாக விரிவாகப் பார்ப்போம்.

பேபால் (PayPal) என்றால் என்ன?

பேபால் (**PayPal**) என்பது உலகளாவிய ரீதியில் இணையம் மூலமாக பணப் பரிமாற்றங்களை மேற்கொள்ள உதவும் முன்னணி டிஜிட்டல் கட்டண முறைமையாகும் (**Digital Payment Platform**). அமெரிக்காவைத் தலைமையகமாகக் கொண்டு செயல்படும் இந்நிறுவனம், உலகெங்கிலும் உள்ள மில்லியன் கணக்கான மக்களால் அன்றாட வர்த்தக மற்றும் தனிப்பட்ட பணப் பரிவர்த்தனைகளுக்காகப் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

பாரம்பரிய வங்கிப் பரிமாற்றங்களை விட மிக விரைவாகவும், பாதுகாப்பாகவும், குறைந்த கட்டணத்திலும் சர்வதேச ரீதியில் பணத்தை அனுப்பவும் பெறவும் பேபால் வழிவகுக்கிறது. இணையவழி வர்த்தகத்தில் (**E-commerce**) ஈடுபடுவோர், தங்களது கடன் அட்டை (**Credit Card**) அல்லது வரவு அட்டை (**Debit Card**) விவரங்களை நேரடியாக மற்றைய இணையத்தளங்களுக்கு வழங்காமல், பேபால் ஊடாகப் பாதுகாப்பாகக் கொடுப்பனவுகளை மேற்கொள்ள முடியும். இதன் காரணமாக, உலகெங்கிலும் உள்ள வாடிக்கையாளர்களுக்கும் வர்த்தகர்களுக்கும் இடையிலான நம்பிக்கைக்குரிய ஒரு பாலமாக பேபால் திகழ்கிறது.

பேபால் இலங்கையில் எவ்வாறு செயல்படப் போகிறது?

இதுவரை காலமும் இலங்கையர்கள் பேபால் ஊடாகப் பணத்தை அனுப்ப முடியுமாக இருந்ததே தவிர, வெளிநாடுகளில் இருந்து பணத்தை நேரடியாகத் தமது வங்கிக் கணக்குகளுக்குப் பெறக்கூடிய (**Receiving funds**) வசதி முழுமையாக வழங்கப்பட்டிருக்கவில்லை. இதனால் பலரும் மாற்று வழிகளையும், அதிகாரப்பூர்வமற்ற முறைகளையுமே நாடினர்.

ஆனால், தற்போதைய அறிமுகத்தின் மூலம், பேபால் சேவை இலங்கையின் உள்நாட்டு வங்கியமைப்புடன் வெற்றிகரமாக இணைக்கப்பட்டுள்ளது. முதற்கட்டமாக இலங்கை வங்கி (**Bank of Ceylon**), கொமர்ஷியல் வங்கி (**Commercial Bank**), மற்றும் சம்பத் வங்கி (**Sampath Bank**) ஆகிய முன்னணி வங்கிகளுடன் பேபால் நிறுவனம் கைகோர்த்துள்ளது. வரும் மாதங்களில் ஏனைய வங்கிகளும் இந்த வலையமைப்பில் இணையவுள்ளன.

செயல்படும் விதம்:

1. *கணக்கு உருவாக்குதல்:* பயனர்கள் பேபால் இணையத்தளத்தில் அல்லது செயலியில் தங்களது மின்னஞ்சல் முகவரியைப் பயன்படுத்தி மிக எளிதாக ஒரு கணக்கை உருவாக்கிக் கொள்ளலாம்.

2. *வங்கிக் கணக்கை இணைத்தல்:* புதிதாக உருவாக்கப்பட்ட அல்லது ஏற்கனவே உள்ள பேபால் கணக்குடன், மேற்குறிப்பிட்ட உள்ளூர் வங்கிகளின் கணக்குகளை (**Bank Accounts**) அல்லது அட்டைகளை இணைக்க முடியும்.

3. *பணத்தைப் பெறுதல்:* வெளிநாடுகளில் உள்ள வாடிக்கையாளர்கள் அல்லது நிறுவனங்கள் உங்கள் மின்னஞ்சல் முகவரிக்கு (பேபால் ஐடி) பணத்தை அனுப்ப முடியும். அந்தப் பணம் உங்கள் பேபால் கணக்கிற்கு வந்து சேரும்.

4. *பணத்தை மீளப்பெறுதல் (Withdrawal):* பேபால் கணக்கிலுள்ள வெளிநாட்டு நாணயங்களை (உதாரணமாக

அமெரிக்க டொலர்களை) உங்கள் உள்நாட்டு வங்கிக் கணக்கிற்கு ரூபாவாக பாதுகாப்பாக மாற்றிக் கொள்ள முடியும்.

இலங்கையர்களுக்கு இதனால் கிடைக்கும் நன்மைகள் என்ன?

பேபால் சேவையின் முழுமையான வருகையானது, இலங்கையின் பல்வேறு தரப்பினருக்கும் அளப்பரிய நன்மைகளைக் கொண்டுவந்துள்ளது

** சுயாதீனப் பணியாளர்கள் (Freelancers) மற்றும் ஐடி (IT) வல்லுநர்கள்:*

Upwork, Fiverr போன்ற தளங்களில் பணியாற்றும் இலங்கையின் இளைஞர்கள், தமது உழைப்பிற்கான பணத்தைப் பெறுவதில் நீண்ட காலமாக பல சிரமங்களை எதிர்கொண்டனர். போலி வெளிநாட்டு முகவரிகளைப் பயன்படுத்துதல் அல்லது மூன்றாம் தரப்புச் செயலிகளை நம்பியிருத்தல் போன்ற தடைகள் இனி இல்லை. தாங்கள் உழைத்த பணத்தை நேரடியாக, சட்டபூர்வமாகத் தங்களது வங்கிக் கணக்குகளுக்கே பெற்றுக் கொள்ள முடியும்.

** சிறிய மற்றும் நடுத்தர தொழில்முயற்சியாளர்கள் (SMEs):*

இலங்கையின் மொத்த உள்நாட்டு உற்பத்தியில் **(GDP)** சுமார் **52%** பங்களிப்பைச் செய்வது இந்த நடுத்தர மற்றும் சிறிய அளவிலான வர்த்தகங்களே ஆகும். பேபால் மூலமாக, உள்ளூர் உற்பத்தியாளர்கள் தமது பொருட்களை உலகின் எந்த மூலைக்கும் இணையம் ஊடாக விற்று, அதற்கான பணத்தைப் பாதுகாப்பாகப் பெறலாம். இது சர்வதேச சந்தைக்கான கதவுகளை அகலத் திறந்துள்ளது.

** பாதுகாப்பான பரிவர்த்தனை:*

உலகளாவிய ரீதியில் இணைய மோசடிகள் **(Scams)** அதிகரித்து வரும் இக்காலத்தில், வாடிக்கையாளர்களின் நிதித் தரவுகளைப் பாதுகாக்கும் மிகவுயர்ந்த குறியாக்க **(Encryption)** தொழில்நுட்பத்தை பேபால் கொண்டுள்ளது.

இலங்கையின் அரச துறை மற்றும் பொருளாதாரத்திற்கு கிடைக்கும் அளப்பரிய நன்மைகள்

தனிநபர்களுக்கும் வர்த்தகர்களுக்கும் அப்பால், இலங்கையின் அரச துறைக்கும் ஒட்டுமொத்தப் பொருளாதாரத்திற்கும் இந்த அறிமுகம் பெரும் வரப்பிரசாதமாக அமைந்துள்ளது. இதன் முக்கிய நன்மைகளை பின்வருமாறு வகைப்படுத்தலாம்.

1. வெளிநாட்டுச் செலாவணி (Foreign Exchange) இருப்பு அதிகரிப்பு:

இலங்கையின் பொருளாதார மீட்சிக்கு அந்நியச் செலாவணி கையிருப்பு மிகவும் அவசியமாகும். முன்னர், அதிகாரப்பூர்வமற்ற வழிகளில் (உண்டியல் / ஹவாலா போன்ற முறைகள்) நாட்டுக்குள் வந்த பல மில்லியன் டொலர்கள், இனிமேல் பேபால் ஊடாக இலங்கையின் மத்திய வங்கியின் **(CBSL)** நேரடிக் கண்காணிப்பின் கீழ் அதிகாரப்பூர்வ வங்கிக் கட்டமைப்பினூடாக நாட்டுக்குள் வரும். இது நாட்டின் டொலர் கையிருப்பை கணிசமாக அதிகரிக்கும்.

2. வரி வருமானத்தின் வெளிப்படைத்தன்மை (Tax Transparency and Revenue):

டிஜிட்டல் பொருளாதாரம் விரிவடையும் போது, அரசிற்கான வரி வருமானமும் முறையாகச் சேகரிக்கப்பட வேண்டும். பேபால் போன்ற வெளிப்படையான கட்டண முறைமைகள் ஊடாக பரிவர்த்தனைகள் இடம்பெறும்போது, கணக்கில் காட்டப்படாத கறுப்புப் பணப் புழக்கம் கட்டுப்படுத்தப்படும். அத்துடன், டிஜிட்டல் சேவைகள் மீதான பெறுமதி சேர் வரி **(VAT)** மற்றும் ஏனைய வரிகளை இலகுவாகவும், முறையாகவும் அறவிட அரசிற்கு இது வழிவகுக்கும்.

3. டிஜிட்டல் பொருளாதாரத்தை நோக்கிய அரச கொள்கையின் வெற்றி:

இலங்கையை ஆசியாவின் முன்னணி டிஜிட்டல் மையமாக மாற்றுவதே தற்போதைய அரசாங்கத்தின் நீண்டகால நோக்கமாக உள்ளது. பிரதமர் மற்றும் டிஜிட்டல் பொருளாதார அமைச்சின் பெருமுயற்சியால் சாத்தியமாகியுள்ள இந்தத் திட்டம், உலக அரங்கில் இலங்கையை ஒரு "நம்பகமான மற்றும் பாதுகாப்பான முதலீட்டுத் தளமாக" (Trustworthy global destination) அடையாளப்படுத்தும். அரசாங்கத்தின் ஈ-கவர்னன்ஸ் (e-Governance) மற்றும் ஈ-காமர்ஸ் (e-Commerce) திட்டங்களுக்கு இது ஒரு மிகப்பெரிய உந்துசக்தியாகும்.

4. மூளைசாலிகள் வெளியேற்றத்தைத் (Brain Drain) தடுத்தல்:

நாட்டின் பல திறமையான இளைஞர்கள், தகுந்த வருமான வாய்ப்புகள் இன்மையால் வெளிநாடுகளுக்குச் செல்வது ஒரு பெரும் பிரச்சினையாக உள்ளது. பேபால் சேவையின் ஊடாக உள்நாட்டில் இருந்தபடியே வெளிநாட்டு நிறுவனங்களுக்குச் சேவைகளை வழங்கி டொலர்களில் சம்பாதிக்கக் கூடிய வாய்ப்பு உருவாக்கப்பட்டுள்ளது. இது இளைஞர்களை உள்நாட்டிலேயே தக்கவைத்து, நாட்டின் மனித வளத்தை மேம்படுத்த அரசிற்குப் பேருதவியாக இருக்கும்.

நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலகப் பிரிவுக்குட்பட்ட இளைஞர், யுவதிகள் மற்றும் தொழில் முயற்சியாளர்களுக்கும் இது ஒரு பொன்னான வாய்ப்பாகும். நீங்கள் வீட்டில் தயாரிக்கும் பாரம்பரியப் பொருட்கள், கைவினைப் பொருட்கள் போன்றவற்றை இணையம் ஊடாக உலக சந்தைக்குக் கொண்டு செல்ல முடியும். அதேபோல, கணினித் தொழில்நுட்பம், வரைகலை வடிவமைப்பு (Graphic Design), மென்பொருள் உருவாக்கம் (Software Development) போன்ற திறன்களை வளர்த்துக் கொள்வதன் மூலம், கிராமத்தில் இருந்தபடியே சர்வதேச நிறுவனங்களுடன் இணைந்து பணியாற்றி, பேபால் ஊடாக உங்கள் வருமானத்தைப் பெற்றுக்கொள்ள முடியும். பிரதேச செயலகத்தின் ஊடாக முன்னெடுக்கப்படும் திறன்விருத்தி மற்றும் தொழில்நுட்பப் பயிற்சி நெறிகளைப் பயன்படுத்தி, நீங்களும் இந்த டிஜிட்டல் பொருளாதார அலையில் இணைந்து கொள்ள வேண்டும் என்பதே எமது எதிர்பார்ப்பாகும்.

2026ஆம் ஆண்டு பேபால் (PayPal) இலங்கையில் தனது சேவையை முழுமையாக விரிவுபடுத்தியமை என்பது, வெறும் ஒரு தொழில்நுட்ப அறிமுகம் மட்டுமல்ல, அது இலங்கையின் பொருளாதார மீட்சி மற்றும் டிஜிட்டல் புரட்சியின் ஒரு முக்கிய மைல்கல்லாகும். மத்திய வங்கி, டிஜிட்டல் பொருளாதார அமைச்சு, மற்றும் தனியார் வங்கிகளின் கூட்டு முயற்சியால் சாத்தியமாகியுள்ள இந்த வசதி, பல லட்சம் இளைஞர்களின் கனவுகளுக்கு உயிர் கொடுத்துள்ளது.

தடைகளைத் தாண்டி, சர்வதேசத்துடன் போட்டிபோடத் தயாராகும் இலங்கையின் தொழில்முயற்சியாளர்களுக்கும், நாட்டின் பொருளாதாரத்தை வலுப்படுத்த உழைக்கும் அரச கட்டமைப்புக்கும், பேபால் ஒரு மிகச் சிறந்த கருவியாக அமையும் என்பதில் எவ்வித ஐயமுமில்லை. தொழில்நுட்பத்தைப் பிழையின்றி, பாதுகாப்பாகவும் வினைத்திறனாகவும் பயன்படுத்தி, நமது பிரதேசம் மட்டுமன்றி முழு நாட்டினதும் பொருளாதாரத்தை உயர்த்த நாம் அனைவரும் கைகோர்ப்போம்.

நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலக டிஜிட்டல் பிரிவு.

ஆடம்பரத்தின் மாயவலையில் நடுத்தர வர்க்கம்: ஆசைகளும் அவலங்களும்

“உள்ளதை வைத்து வாழ்வதே வாழ்க்கை இல்லாததைத் தேடி அலைவதே அவலம்” என்ற பழமொழி இன்றைய சமூகத்தின் நிலையை மிகத் துல்லியமாகச் சித்தரிக்கின்றது. குறிப்பாக இலங்கைத் தமிழ் சமூகத்தில் கடந்த சில தசாப்தங்களாக ஏற்பட்டுள்ள சமூக, பொருளாதார மாற்றங்கள் மக்களின் வாழ்க்கை முறையிலும் குறிப்பிடத்தக்க மாற்றங்களை ஏற்படுத்தியுள்ளன. ஒரு காலத்தில் எளிமை, சிக்கனம், உழைப்பு, கல்வி ஆகியவற்றை வாழ்வின் அடிப்படைக் கொள்கைகளாகக் கொண்டிருந்த நடுத்தர வர்க்க மக்கள் இன்று ஆடம்பரத்தின் மாயவலையில் சிக்கித் தவிப்பதைக் காண முடிகிறது. இந்த ஆடம்பர வாழ்க்கை முறை வெளிப்படையாக மகிழ்ச்சியையும் கௌரவத்தையும் வழங்குவது போல் தோன்றினாலும், அதன் பின்னணியில் எண்ணற்ற பொருளாதார, சமூக மற்றும் உளவியல் பிரச்சினைகள் மறைந்திருக்கின்றன. இலங்கைத் தமிழ் சமூகத்தைப் பொறுத்தவரையில், நடுத்தர வர்க்கமே சமூகத்தின் முதுகெலும்பாக விளங்குகிறது. ஆசிரியர்கள், அரச ஊழியர்கள், சிறு தொழில் முனைவோர், விவசாயிகள் மற்றும் தனியார் துறை ஊழியர்கள் போன்றவர்களே இந்தப் பிரிவினரின் பெரும்பான்மையைக் கொண்டுள்ளனர். இவர்களின் வருமானம் பெரும்பாலும் குடும்பச் செலவுகளைச் சமாளிக்கப் போதுமானதாக இருந்தாலும், ஆடம்பர வாழ்க்கை முறையைத் தாங்கக்கூடியதாக அமைவதில்லை. எனினும் சமூகப் போட்டியும் பிறர் பார்வையில் உயர்வாகத் தோன்ற வேண்டும் என்ற எண்ணமும் அவர்களைத் தேவைக்கு மீறிய செலவுகளுக்குத் தள்ளுகின்றன.

இன்று திருமண விழாக்கள், பூப்புனித நீராட்டு

விழா, பிறந்தநாள் நிகழ்வுகள், வீடு குடிபுகு விழாக்கள் மற்றும் கல்வி வெற்றிக் கொண்டாட்டங்கள் அனைத்தும் ஆடம்பரத்தின் களங்களாக மாறிவிட்டன. ஒருகாலத்தில் குடும்ப உறவுகளின் அன்பையும் ஒற்றுமையையும் வெளிப்படுத்திய நிகழ்வுகள் இன்று பெருமையைக் காட்டும் மேடைகளாக மாறியுள்ளன. பல குடும்பங்கள் தமது பொருளாதார நிலையை மீறி மண்டபங்கள், அலங்காரங்கள், புகைப்படப் படப்பிடிப்புகள் மற்றும் விருந்துபசாரங்களுக்காக பெரும் தொகைகளைச் செலவிடுகின்றனர். சிலர் கடன் வாங்கி விழாக்களை நடாத்துகின்றனர். விழா முடிந்த பின்னரும் கடனின் சுமை மட்டும் குடும்பத்தின் தோள்களில் நீண்டகாலம் தங்கிவிடுகிறது.

சமூக ஊடகங்களின் வளர்ச்சி இந்தப் பிரச்சினையை மேலும் தீவிரப்படுத்தியுள்ளது. இன்று பலர் தமது வாழ்க்கையை வாழ்வதை விட அதை மற்றவர்களுக்குக் காட்டுவதிலேயே அதிக அக்கறை காட்டுகின்றனர். புதிய கார் வாங்கினால் அதன் படம் சமூக ஊடகத்தில் பதிவிடப்படுகிறது. வெளிநாட்டுப் பயணம் சென்றால் அதன் காணொளிகள் பகிரப்படுகின்றன. விலையுயர்ந்த உணவகத்தில் உணவருந்தினால் அதுவும் புகைப்படமாக வெளிவருகிறது. இவற்றைப் பார்க்கும் மற்றவர்கள் தாமும் அதே வாழ்க்கை முறையை அடைய வேண்டும் என்ற மனநிலைக்குத் தள்ளப்படுகின்றனர். இதனால் தேவையற்ற போட்டியும் மனஅழுத்தமும் உருவாகின்றன.

ஆடம்பர வாழ்க்கையின் மிகப்பெரிய விளைவு பொருளாதார நெருக்கடியாகும். வருமானத்தை விட அதிகமாகச் செலவழிக்கும் பழக்கம் குடும்ப நிதி நிலையைப் பாதிக்கிறது. வீடு கட்டுதல், வாகனம் வாங்குதல், ஆடம்பர மின்னணுப் பொருட்களைப் பெறுதல் போன்றவற்றிற்காகப் பலர் வங்கிக் கடன்களையும் நிதி நிறுவனக் கடன்களையும் நாடுகின்றனர். ஆரம்பத்தில் எளிதாகத் தோன்றும் இந்தக் கடன்கள் பின்னர் குடும்பத்தின் அமைதியையே குலைத்துவிடுகின்றன. மாதாந்த தவணைகளைச் செலுத்த முடியாமல் பலர் பொருளாதார நெருக்கடியில் சிக்குகின்றனர். சில குடும்பங்கள் அன்றாடத் தேவைகளுக்குக் கூட சிரமப்படும் நிலைக்கு தள்ளப்படுகின்றன.

ஆடம்பர வாழ்க்கை முறை குடும்ப உறவுகளையும் பாதிக்கின்றது. கணவன்-மனைவிக்கிடையில் பொருளாதாரச் சுமை காரணமாக கருத்து வேறுபாடுகள் உருவாகின்றன. பிள்ளைகளின் கல்வி மற்றும் எதிர்காலத் திட்டங்களுக்கு ஒதுக்கப்பட வேண்டிய வளங்கள் தேவையற்ற ஆடம்பரச் செலவுகளுக்காக பயன்படுத்தப்படுகின்றன. இதனால் குடும்பத்தின் நீண்டகால நலன் பாதிக்கப்படுகிறது. சில நேரங்களில் பெற்றோர்கள் தமது பிள்ளைகளுக்கும் ஆடம்பர வாழ்க்கை முறையையே வெற்றியின் அடையாளமாகக் கற்றுக் கொடுக்கின்றனர். இதனால் உழைப்பின் பெறுமதி, சிக்கனத்தின் அவசியம், சேமிப்பின் முக்கியத்துவம் போன்ற வாழ்க்கைப் பாடங்கள் பின்தள்ளப்படுகின்றன.

மனநல ரீதியிலும் ஆடம்பர வாழ்க்கை முறை பல பிரச்சினைகளை ஏற்படுத்துகிறது. பிறருடன் ஒப்பிடும் மனப்பான்மை மனிதனை ஒருபோதும் திருப்தியடைய விடாது. அயலவர் புதிய வாகனம் வாங்கினால் தாமும் வாங்க வேண்டும்; நண்பர் பெரிய வீடு கட்டினால் தாமும் கட்ட வேண்டும் என்ற எண்ணம்

மன அமைதியைப் பறிக்கிறது. வாழ்க்கையின் உண்மையான மகிழ்ச்சியை அனுபவிக்காமல், மற்றவர்களின் பாராட்டைப் பெறுவதற்காக வாழும் நிலை உருவாகிறது. இதனால் மனஅழுத்தம், கவலை மற்றும் தாழ்வு மனப்பான்மை அதிகரிக்கின்றன.

இலங்கைத் தமிழ் சமூகத்தின் பாரம்பரிய பண்பாடுகள் எளிமையையும் அளவோடு வாழ்வதையும் வலியுறுத்துகின்றன. நமது முன்னோர்கள் "சிக்கனம் செல்வத்தின் தாய்" என்று கூறியதற்கு ஆழமான அர்த்தம் உண்டு. அவர்கள் வருமானத்திற்கு ஏற்ப செலவழித்தனர். எதிர்காலத்திற்காக சேமித்தனர். கல்வி மற்றும் பண்பாட்டிற்கு முக்கியத்துவம் அளித்தனர். இன்று அந்த விழுமியங்கள் படிப்படியாக மங்கிவருகின்றன. ஆடம்பரத்தை முன்னேற்றத்தின் அளவுகோலாகக் கருதும் மனப்பான்மை சமூகத்தில் வேரூன்றத் தொடங்கியுள்ளது.

இருப்பினும் ஆடம்பர வாழ்க்கையை முற்றிலும் மறுக்க வேண்டியதில்லை. மனிதன் தனது உழைப்பின் பலனை அனுபவிக்க உரிமையுடையவன். ஆனால் அந்த அனுபவம் அறிவுடனும் அளவுடனும் இருக்க வேண்டும். தேவைக்கும் வசதிக்கும் இடையிலான வேறுபாட்டைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். சமூக அங்கீகாரத்திற்காக அல்ல, குடும்ப நலனுக்காகவே பொருளாதார முடிவுகள் எடுக்கப்பட வேண்டும். பிள்ளைகளுக்கு எளிமையின் அழகையும் உழைப்பின் மதிப்பையும் கற்பிக்க வேண்டும்.

ஆடம்பரத்தின் மாயவலை வெளியில் கவர்ச்சிகரமாகத் தோன்றினாலும், அதன் உள்ளே பல துயரங்களும் சுமைகளும் மறைந்துள்ளன. உண்மையான செல்வம் விலையுயர்ந்த பொருட்களிலும் பிரம்மாண்டமான விழாக்களிலும் இல்லை. அது குடும்ப ஒற்றுமையிலும், மன அமைதியிலும், கடனற்ற வாழ்க்கையிலும், நல்ல கல்வியிலும், மனித உறவுகளிலும் உள்ளது. எனவே நடுத்தர வர்க்க மக்கள் ஆடம்பரத்தின் மாயத் தோற்றத்தை விட வாழ்க்கையின் உண்மையான விழுமியங்களை உணர்ந்து செயற்படும்போது மட்டுமே தனிநபரும் சமூகமும் நிலையான முன்னேற்றத்தை அடைய முடியும். ஏனெனில் வாழ்வின் பெருமை நாம் எவ்வளவு செலவிட்டோம் என்பதில் இல்லை. நாம் எவ்வளவு நிம்மதியாகவும் அர்த்தமுள்ள வகையிலும் வாழ்ந்தோம் என்பதில்தான் உள்ளது.

பே. பிரபாகரன், மகிழூர்.

ஆழிப் பேரலை

ஆழியின் ஆதங்கம்
மரணத்தின் ஓலங்கள்
பூமியில் பாய்ந்தது உடல்கள்
மண்ணுடன் சேர்ந்தது

கவிதைகள் விதைக்கத்தான்
உயிர்களை வதைத்தாயோ
ஆழியின் தொட்டிலில்
உயிர்களை ஆட்டி
வைத்தாய்.

யோகராசா கவிதா
அன்னமலை -01

மீனவன்

மிதந்திடும் படகோடும்
அவன் கண்களும்
மிதந்திடும் மீனுக்கு வலை
காவல் இருக்க
படகிற்கு அவன்
காவல் இருக்கிறான்

வலையில் சிக்கியதும்
இழுத்தது கைகள்
பட்டது கரைவலை.

யோகராசா கவிதா
அன்னமலை -01

பாடசாலை மட்டத்தில் கல்வியில் நெகிழ்வுத்தன்மை (Adaptability) மற்றும் வாழ்நாள் முழுவதற்குமான கற்றல் (Life Long Education) பழக்கவழக்கங்களை வளர்த்தல்

இருபத்தியோராம் நூற்றாண்டானது முன்னெப்போதும் இல்லாத அளவிலான தொழில்நுட்ப வளர்ச்சி, உலகமயமாதல் மற்றும் தொழிலாளர் சந்தைத் தேவைகளின் விரைவான மாற்றங்களால் அடையாளப்படுத்தப்படுகிறது. இன்று மிகவும் முக்கியத்துவம் வாய்ந்ததாகக் கருதப்படும் தொழில்கள் இன்னும் ஒரு தசாப்தத்திற்குள் வழக்கொழிந்து போகலாம்; அதே வேளையில், முற்றிலும் புதிய தொழில்கள் மிக வேகமான அளவில் தொடர்ந்து உருவாகி வருகின்றன. செயற்கை நுண்ணறிவு (AI), தன்னியக்கமாக்கல் (Automation), டிஜிட்டல் மாற்றம் மற்றும் மாறிவரும் பொருளாதாரக் கட்டமைப்புகள் ஆகியவை எதிர்கால வேலைவாய்ப்புச் சூழலை மறுவடிவமைப்பு செய்து வருகின்றன. இது எதிர்கால சந்ததியினருக்கு ஒரே நேரத்தில் வாய்ப்புகளையும் சவால்களையும் ஏற்படுத்துகிறது.

இத்தகையதொரு பின்னணியில், பாடசாலைகள் இனிமேலும் நிலையான அறிவை (Static knowledge) மாத்திரம் மாணவர்களுக்கு வழங்குவதில் மட்டும் கவனம் செலுத்த முடியாது. மாறாக, தொடர்ச்சியான கற்றல், நெகிழ்வுத்தன்மை மற்றும் மீண்டெழும் திறன் (Resilience) ஆகியவை அவசியமாக இருக்கும் ஒரு சூழலில் மாணவர்கள் சிறந்து விளங்குவதற்கேற்ப அவர்களைப் பாடசாலைகள் தயார்படுத்த வேண்டும். காலாவதியான அறிவை மறப்பதற்கும் (Unlearn), புதிதாக உருவாகும் கருத்துக்களை மீண்டும் கற்றுக்கொள்வதற்கும்

(Relearn), மாறிவரும் சூழ்நிலைகளுக்கு ஏற்ப தங்களை மாற்றியமைத்துக் கொள்வதற்கும் உள்ள திறனே நவீன சமூகத்தில் மிகவும் மதிப்புமிக்க தகைமைகளில் ஒன்றாக மாறியுள்ளது.

பாடசாலை மட்டக் கல்வியானது, மாணவர்களிடம் வளர்ச்சி மனப்பான்மையை (Growth mindsets) வளர்ப்பதன் மூலமும், ஆர்வத்தைத் தூண்டுவதன் மூலமும், நெகிழ்வான கற்பித்தல் முறைகளை நடைமுறைப்படுத்துவதன் மூலமும் நெகிழ்வுத்தன்மை மற்றும் வாழ்நாள் முழுவதற்குமான கற்றல் பழக்கவழக்கங்களை உருவாக்குவதற்கு முன்னுரிமை அளிக்க வேண்டும். மேலும், ஆசிரியர்கள் மாணவர்களுக்கான தெரிவுகள், நெகிழ்வான மதிப்பீட்டு முறைகள் மற்றும் பலதரப்பட்ட கற்றல் வழிகள் ஆகியவற்றின் ஊடாகத் தங்களது கற்பித்தல் அணுகுமுறைகளை மறுவடிவமைப்பு செய்ய வேண்டும். மிக வேகமாக மாறிவரும் எதிர்கால தொழில்சார் சூழலில் மாணவர்கள் வெற்றி பெறுவதற்குத் தேவையான திறன்களையும் மனப்பாங்குகளையும் அவர்களுக்கு வழங்குவதற்கு இத்தகைய சீர்திருத்தங்கள் அவசியமானவையாகும்.

எதிர்காலத் தொழில்களின் மாறிவரும் இயல்பு

கல்வி பற்றிய பாரம்பரியக் கண்ணோட்டம் என்னவென்றால், மாணவர்கள் தங்களது பாடசாலைப் பருவத்தில் ஒரு குறிப்பிட்ட அளவிலான அறிவையும் திறன்களையும் பெற்று, பின்னர் அவற்றை தங்களது வாழ்நாள் முழுவதும் வேலைகளில் பயன்படுத்துவார்கள் என்பதாகும். எனினும், இந்த அனுமானம் தற்போது முற்றிலும் காலாவதியாகிவிட்டது. உலகப் பொருளாதார மன்றம் (WEF) மற்றும் பொருளாதாரக் கூட்டுறவு மற்றும் வளர்ச்சிக்கான அமைப்பு (OECD) போன்ற சர்வதேச அமைப்புகளின் அறிக்கைகளின்படி, தொழில்நுட்பக் கண்டுபிடிப்புகள் முன்னெப்பொழுதும் இல்லாத வேகத்தில் தொழில்துறைகளை மாற்றி வருகின்றன. தன்னியக்கமாக்கல் முறையானது மீண்டும் மீண்டும் செய்யப்படக்கூடிய சாதாரண வேலைகளை பிரதியீடு செய்து வரும் அதே வேளையில், செயற்கை நுண்ணறிவானது படைப்பாற்றல், பிரச்சினைகளைத் தீர்க்கும் திறன், உணர்ச்சிசார் நுண்ணறிவு (Emotional intelligence) மற்றும் டிஜிட்டல் கல்வியறிவு ஆகியவற்றுக்கான புதிய தேவைகளை உருவாக்கி வருகிறது.

இதன் விளைவாக, எதிர்காலத் தொழிலாளர்கள் தங்களது வாழ்நாளில் பலமுறை தங்களது தொழில் துறைகளை மாற்றியமைக்க வேண்டிய நிலைக்கு ஆளாக நேரிடலாம். அவர்கள் முற்றிலும் புதிய திறன்களைக் கற்றுக்கொள்ளவோ, வெவ்வேறு தொழில்துறைகளுக்கு இடையே மாறவோ அல்லது இன்னும் உருவாக்கப்படாத தொழில்நுட்பங்களுக்குத் தங்களை மாற்றியமைத்துக் கொள்ளவோ வேண்டியிருக்கலாம். இத்தகையதொரு சூழலில், ஒரு குறிப்பிட்ட அறிவை மட்டும் முழுமையாகக் கற்றுக்கொள்வதை விட, நெகிழ்வுத்தன்மையுடன் இருப்பது மிகவும் முக்கியத்துவம் வாய்ந்ததாகிறது. தொடர்ச்சியாகக் கற்றுக்கொள்வதற்கான தன்னம்பிக்கையை வளர்த்துக்கொள்ளும் மாணவர்கள், நிச்சயமற்ற தன்மைகளைக் கையாள்வதற்கும், புதிதாக உருவாகும் வாய்ப்புகளைப் பயன்படுத்திக் கொள்வதற்கும் சிறந்த நிலையில் இருப்பார்கள். எனவே, தற்போதுள்ள வேலைகளுக்காக மாணவர்களைத் தயார்படுத்துவது மட்டுமல்லாமல், வாழ்நாள் முழுவதுமான கற்றலுக்கு அவர்களைத் தயார்படுத்துவதே தங்களது முதன்மைப் பொறுப்பு என்பதைப் பாடசாலைகள் உணர வேண்டும்.

வெறுமனே மனப்பாடம் செய்த தகவல்களைக் கொண்ட நபர்களை உருவாக்குவதை விடுத்து, மாற்றங்களுக்குத் திறம்பட முகம் கொடுக்கக்கூடிய நபர்களை உருவாக்குவதே இறுதி இலக்காக இருக்க வேண்டும்.

வளர்ச்சி மனப்பான்மையின் முக்கியத்துவம் (The Importance of Growth Mindsets)

நெகிழ்வுத்தன்மையை வளர்ப்பதற்கான மிகச் சிறந்த வழிகளில் ஒன்று வளர்ச்சி மனப்பான்மையை உருவாக்குவதாகும். உளவியலாளர் காரொல் டிவெக் (Carol Dweck) என்பவரால் பிரபலப்படுத்தப்பட்ட இக்கருத்து, ஒருவருடைய புத்திசாலித்தனம், திறமைகள் மற்றும் ஆற்றல்கள் ஆகியவற்றை முயற்சி, விடாமுயற்சி மற்றும் கற்றல் ஆகியவற்றின் மூலம் மேம்படுத்த முடியும் என்ற நம்பிக்கையைக் குறிக்கிறது. இதற்கு நேர்மாறாக, நிலையான மனப்பான்மை (Fixed mindset) என்பது திறமைகள் பிறவியிலேயே அமைந்தவை மற்றும் மாற்ற முடியாதவை என்று கருதுகிறது.

வளர்ச்சி மனப்பான்மை கொண்ட மாணவர்கள் சவால்களை ஏற்றுக்கொள்வதற்கும், சிரமங்களுக்கு மத்தியிலும் விடாமுயற்சியுடன் செயற்படுவதற்கும், தவறுகளை முன்னேற்றத்திற்கான வாய்ப்புகளாகக் கருதுவதற்கும் அதிக வாய்ப்புகள் உள்ளன. கற்றல் என்பது பெரும்பாலும் நிச்சயமற்ற தன்மைகளையும் தோல்விகளையும் உள்ளடக்கியதாக இருக்கும் இந்த வேகமான உலகில், இத்தகைய பண்புகள் இன்றியமையாதவை ஆகும். முயற்சியின் மூலம் தங்களை மேம்படுத்திக் கொள்ள முடியும் என்று மாணவர்கள் நம்பும்போது, அவர்கள் அறிமுகமில்லாத பாடங்களை ஆராயவும் புதிய திறன்களைப் பெறவும் அதிக விருப்பம் காட்டுகிறார்கள்.

இந்த மனப்பான்மையை வளர்ப்பதில் பாடசாலைகள் முக்கிய பங்கு வகிக்கின்றன. ஆசிரியர்கள் வெறுமனே ஒரு செயல்முறையின் இறுதி முடிவுகளில் மட்டும் கவனம் செலுத்தாமல், மாணவர்களின் முயற்சி, அவர்கள் பயன்படுத்திய உத்திகள் மற்றும் விடாமுயற்சி ஆகியவற்றைப் பாராட்டுவதன் மூலம் வளர்ச்சி மனப்பான்மையை ஊக்குவிக்க முடியும். உதாரணமாக, அதிக புள்ளிகளைப் பெறும் மாணவர்களை மட்டும் பாராட்டுவதற்குப் பதிலாக, கல்வியாளர்கள் மாணவர்களின் முன்னேற்றம், அவர்கள் சிக்கல்களைத் தீர்க்கக் கையாண்ட அணுகுமுறைகள் மற்றும் அறிவுசார்ந்த அபாயங்களை (Intellectual risks) எதிர்கொள்ளும் ஆர்வம் ஆகியவற்றை அங்கீகரிக்கலாம். இத்தகைய நடைமுறைகள், கற்றல் என்பது ஒரு நிலையான திறமையின் அளவீடு அல்ல, மாறாக அது ஒரு தொடர்ச்சியான செயல்முறை என்பதை மாணவர்கள் புரிந்துகொள்ள உதவுகிறது.

மேலும், வகுப்பறைச் சூழலானது தவறுகளை மதிப்புமிக்க கற்றல் அனுபவங்களாக இயல்பாக ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும். மாணவர்கள் தோல்விக்கு அஞ்சும்போது, அவர்கள் சவால்களைத் தவிர்த்து, தங்களுக்குப் பழகிய எல்லைக்குள்ளேயே (Comfort zones) முடங்கிவிடுகிறார்கள். மாறாக, தவறுகள் வளர்ச்சிக்கான வாய்ப்புகளாகக் கருதப்படும் ஒரு ஆதரவான சூழலைப் பாடசாலைகள் உருவாக்கும்போது, மாணவர்கள் மீண்டெழும் திறன் கொண்டவர்களாகவும், தங்களை மாற்றியமைத்துக் கொள்ளக்கூடிய கற்பவர்களாகவும் மாறுகிறார்கள்.

வாழ்நாள் கற்றலின் அடிப்படையாக ஆர்வத்தை வளர்த்தல்

வாழ்நாள் முழுவதற்குமான கற்றலின் மற்றொரு இன்றியமையாத அங்கம் ஆர்வம் (Curiosity) ஆகும். ஆர்வம் மிக்க மாணவர்கள் இயல்பாகவே அறிவைத் தேடவும், கேள்விகளை எழுப்பவும், புதிய யோசனைகளை ஆராயவும் தூண்டப்படுகிறார்கள். புள்ளிகள் அல்லது வெகுமதிகள் போன்ற வெளிப்புற ஊக்கிகளைப் போலன்றி, ஆர்வமானது அகநிலை ஊக்கத்தை (Intrinsic motivation) உருவாக்குகிறது, இது நீண்ட காலத்திற்கு நிலைத்து நிற்கக்கூடியது.

எதிர்காலப் பணியிடங்களில், தனிநபர்கள் சுயாதீனமான

கற்றலை வேண்டிநிற்கும் அறிமுகமில்லாத சூழ்நிலைகளை அடிக்கடி எதிர்கொள்வார்கள். ஆர்வமுள்ள பணியாளர்கள் வாய்ப்புகளை அடையாளம் காணவும், சிக்கலான பிரச்சினைகளைத் தீர்க்கவும், புதிய தொழில்நுட்பங்களுக்கு ஏற்ப தங்களை மாற்றிக்கொள்ளவும் அதிக வாய்ப்புள்ளது. எனவே, ஆர்வத்தை வளர்ப்பது பாடசாலைக் கல்வியின் முக்கிய நோக்கமாக இருக்க வேண்டும்.

துரதிர்ஷ்டவசமாக, பாரம்பரியக் கல்வி முறைகள் பெரும்பாலும் தரப்படுத்தப்பட்ட பரீட்சைகளுக்கும் **(Standardized Testing)** இறுக்கமான பாடத்திட்டங்களுக்கும் முன்னுரிமை அளிப்பதால், மாணவர்கள் சுயாதீனமாக ஆராய்வதற்கான வசதி குறைவாகவே உள்ளது. சரியான விடைகளுக்கு அதிக முக்கியத்துவம் கொடுப்பது, கேள்விகள் கேட்பதையும் புதிய முயற்சிகளை மேற்கொள்வதையும் ஊக்கப்படுத்தாமல் போகலாம். இந்தச் சிக்கலைத் தீர்க்க, பாடசாலைகள் தேடலையும் கண்டறிதலையும் மதிக்கும் கற்றல் சூழல்களை உருவாக்க வேண்டும்.

ஆசிரியர்கள் நிஜ உலகப் பிரச்சினைகளை மாணவர்களின் முன் வைப்பதன் மூலமும், செயற்றிட்டம் சார்ந்த கற்றலை **(Project-Based Learning)** இணைப்பதன் மூலமும், மாணவர்களின் விருப்பத்திற்குரிய தலைப்புகளை ஆராய அனுமதிப்பதன் மூலமும் அவர்களின் ஆர்வத்தைத் தூண்டலாம். திறந்த வினாக்கள் **(Open - Ended Questions)**, ஆய்வுச் செயற்றிட்டங்கள் மற்றும் கூட்டு விவாதங்கள் ஆகியவை கற்றலில் ஆழமான ஈடுபாட்டை ஏற்படுத்தலாம். அத்துடன், வகுப்பறை உள்ளடக்கங்களை நிஜ வாழ்க்கைப் பிரச்சினைகளுடன் இணைப்பது, மாணவர்கள் தங்களது கல்வியின் முக்கியத்துவத்தை உணர்ந்து கொள்ள உதவுவதோடு, அவர்களின் ஊக்கத்தையும் ஆர்வத்தையும் அதிகரிக்கும்.

ஆர்வமானது சிறு வயதிலிருந்தே வளர்க்கப்படும் போது, மாணவர்கள் வகுப்பறைக்கு அப்பாலும் நீடிக்கும் தேடல் பழக்கங்களை வளர்த்துக் கொள்கிறார்கள். அவர்கள் தகவல்களை செயலற்ற முறையில் பெற்றுக்கொள்பவர்களாக இல்லாமல், அறிவைத் தீவிரமாகத் தேடும் வாழ்நாள் கற்பவர்களாக மாறுகிறார்கள்.

மாணவர்களுக்கான அதிக தெரிவுகளின் அவசியம் *(The Need for Greater Student Choice)*

நெகிழ்வுத்தன்மையையும் ஈடுபாட்டையும் ஊக்குவிப்பதற்கான மிகச் சிறந்த உத்திகளில் ஒன்று, மாணவர்கள் தங்களது கற்றல் அனுபவங்களில் அர்த்தமுள்ள தெரிவுகளை மேற்கொள்வதற்கான வாய்ப்புகளை வழங்குவதாகும். இத்தகைய தெரிவுகள் தன்னாதிக்கத்தை **(Autonomy)** அதிகரிக்கின்றன, இது மாணவர்களின் ஊக்கம் மற்றும் தனிப்பட்ட பொறுப்புணர்வுடன் நெருங்கிய தொடர்புடையது.

பாரம்பரிய வகுப்பறைகள் பெரும்பாலும் அனைத்து மாணவர்களும் ஒரே மாதிரியான உத்திகளையும் காலக்கெடுவையும் பயன்படுத்தி, ஒரே மாதிரியான பணிகளைச் செய்ய வேண்டும் என்று எதிர்பார்க்கின்றன. இந்த அணுகுமுறை கற்பித்தலை எளிதாக்கினாலும், மாணவர்களின் பல்வேறுபட்ட ஆர்வங்கள், பலங்கள் மற்றும் கற்றல் விருப்பங்களை அங்கீகரிக்கத் தவறுகிறது. இதற்கு மாறாக, தெரிவுகளை வழங்குவது மாணவர்கள் தங்களது கற்றல் மீது முழு உரிமையையும் பொறுப்பையும் எடுத்துக்கொள்ள அனுமதிக்கிறது.

உதாரணமாக, ஆசிரியர்கள் செயற்றிட்டத் தலைப்புகள், ஆய்வு வினாக்கள், வாசிப்புப் பொருட்கள் அல்லது சமர்ப்பிக்கும் வடிவங்கள் **(Presentation Formats)** ஆகியவற்றில் தெரிவுகளை வழங்கலாம். மாணவர்கள் தங்களது புரிதலைக் கட்டுரைகள், காணொளிகள், விளக்கக்காட்சிகள், வலையொலிகள் **(Podcasts)** அல்லது ஆக்கப்பூர்வமான செயற்றிட்டங்கள் மூலம் வெளிப்படுத்தத் தேர்வு செய்யலாம். இத்தகைய நெகிழ்வுத்தன்மை மாணவர்களின் ஈடுபாட்டை அதிகரிப்பது மட்டுமல்லாமல், அவர்கள் சுயமான முடிவெடுக்கும் திறன்களையும் சுய விழிப்புணர்வையும் வளர்த்துக் கொள்ள உதவுகிறது.

மேலும், மாணவர்களுக்கான இத்தகைய தெரிவு முறையானது, நவீன பணியிடங்களின் யதார்த்தங்களை பிரதிபலிக்கிறது. அங்கு ஊழியர்கள் அடிக்கடி சுயாதீனமான முடிவுகளை எடுக்கவும், தங்களது சொந்தக் கற்றலை நிர்வகிக்கவும் வேண்டியிருக்கும். பாடசாலையில் தன்னாதிக்கத்தை அனுபவிப்பதன் மூலம், மாணவர்கள் சிக்கலான சூழ்நிலைகளைக் கையாள்வதற்கும், மாறிவரும் சூழலுக்கு ஏற்ப தங்களை மாற்றியமைத்துக் கொள்வதற்கும் தங்களது திறமையின் மீது நம்பிக்கை வளர்த்துக்கொள்கிறார்கள்.

பரந்தளவிலான தெரிவுகளை வழங்குவது கல்வியின் தரத்தைக் குறைக்கலாம் அல்லது வகுப்பறை நிர்வாக சவால்களை உருவாக்கலாம் என்று விமர்சகர்கள் வாதிடலாம். இருப்பினும், தெளிவான கற்றல் நோக்கங்களுக்குள் கவனமாக வடிவமைக்கப்பட்ட தெரிவுகள், மாணவர்களுக்கு அதிகாரம் அளிக்கும் அதே வேளையில் உயர் தரத்தையும் பேண முடியும். சுதந்திரத்திற்கும் பொறுப்புக்கூறலுக்கும் (**Accountability**) இடையில் சமநிலையைப் பேணுவதே இதன் முக்கிய இரகசியமாகும்.

பல்வேறுபட்ட கற்பவர்களுக்கான நெகிழ்வான மதிப்பீடுகள் (*Flexible Assessments*)

மதிப்பீட்டு நடைமுறைகள் மாணவர்கள் கற்றலை அணுகும் முறையைக் கணிசமாக பாதிக்கின்றன. பாரம்பரிய மதிப்பீடுகள், குறிப்பாக முக்கியப் பரீட்சைகள், பெரும்பாலும் மனப்பாடம் செய்வதற்கும் தரப்படுத்தப்பட்ட செயல்திறனுக்கும் முன்னுரிமை அளிக்கின்றன. இத்தகைய மதிப்பீடுகள் சில வகையான அறிவை அளவிட உதவக்கூடும் என்றாலும், எதிர்கால வெற்றிக்குத் தேவையான திறன்களை அவை துல்லியமாகப் பிரதிபலிக்காது. நெகிழ்வுத்தன்மை, படைப்பாற்றல், கூட்டுப்பணி மற்றும் சிக்கலைத் தீர்க்கும் திறன் ஆகியவற்றை வழக்கமான பரீட்சைகள் மூலம் மட்டும் மதிப்பீடு செய்வது கடினம். எனவே, பாடசாலைகள் பரந்த அளவிலான தகைமைகளை அளவிடக்கூடிய நெகிழ்வான மதிப்பீட்டு முறைகளைக் கையாள வேண்டும்.

நெகிழ்வான மதிப்பீடுகளில் போர்ட்ஃபோலியோக்கள் (**Portfolios**), செயற்றிட்டம் சார்ந்த மதிப்பீடுகள், சகாக்களின் மதிப்பீடுகள் (**Peer Assessments**), சுய பிரதிபலிப்புகள் (**Self - Reflections**), விளக்கக்காட்சிகள் மற்றும் நடைமுறை விளக்கங்கள் ஆகியவை உள்ளடக்கப்படலாம். இந்த அணுகுமுறைகள் மாணவர்கள் தங்களது கற்றலை வெவ்வேறு வழிகளில் வெளிப்படுத்த அனுமதிப்பதோடு, தகவல் தொடர்பு, விமர்சனச் சிந்தனை (**Critical Thinking**) மற்றும் சுய மதிப்பீடு போன்ற மதிப்புமிக்க திறன்களையும் வளர்க்கின்றன.

மேலும், நெகிழ்வான மதிப்பீடுகள் மாணவர்கள் வெவ்வேறு வழிகளில் கற்றுக்கொள்கிறார்கள் என்பதை ஒப்புக்கொள்கின்றன. சில கற்பவர்கள் எழுத்துப் பரீட்சைகளில் சிறந்து விளங்குவர், மற்றவர்கள் வாய்மொழி விளக்கக்காட்சிகள் அல்லது நடைமுறைப் பயன்பாடுகள் மூலம் தங்களது புரிதலை மிகவும் திறம்பட வெளிப்படுத்துவர். பலதரப்பட்ட மதிப்பீட்டுத் தெரிவுகளை வழங்குவது சமத்துவத்தையும் உள்ளடக்கிய தன்மையையும் (**Inclusion**)

ஊக்குவிப்பதோடு, மாணவர்கள் தங்களது பலங்களைப் பயன்படுத்திக் கொள்ளவும் தூண்டுகிறது.

முக்கியமாக, நெகிழ்வான மதிப்பீட்டு முறைகள் இறுதிப் புள்ளிகளில் மட்டும் கவனம் செலுத்தாமல், முன்னேற்றம் மற்றும் சுய பிரதிபலிப்பு ஆகியவற்றை வலியுறுத்துவதன் மூலம் வளர்ச்சி மனப்பான்மையை வலுப்படுத்துகின்றன. தொடர்ச்சியான பின்னூட்டங்கள் (Continuous Feedback) மாணவர்கள் தங்களை மேம்படுத்திக்கொள்ள வேண்டிய பகுதிகளை அடையாளம் காணவும், தங்களது கற்றல் பயணத்திற்குத் தாங்களே பொறுப்பேற்கவும் உதவுகின்றன.

பலதரப்பட்ட கற்றல் வழிகளை உருவாக்குதல் (Creating Diverse Learning Pathways)

நெகிழ்வுத்தன்மையை வளர்ப்பதற்கான மற்றொரு அத்தியாவசிய உத்தி, பலதரப்பட்ட கற்றல் வழிகளை உருவாக்குவதாகும். மாணவர்கள் வெவ்வேறு ஆர்வங்கள், திறமைகள், அபிலாஷைகள் மற்றும் கற்றல் பாணிகளைக் கொண்டுள்ளனர். அனைவருக்கும் பொருந்தும் ஒரே மாதிரியான கல்வி மாதிரி (One-Size Fits All Models) என்பது, சிக்கலான மற்றும் பன்முகத்தன்மை கொண்ட எதிர்காலத்திற்கு கற்பவர்களைத் தயார்படுத்துவதில் போதுமானதாக இல்லை.

பலதரப்பட்ட கற்றல் வழிகள் மாணவர்கள் பொதுவான கற்றல் இலக்குகளை அடையும் அதே வேளையில், தனிப்பயனாக்கப்பட்ட கல்வி அனுபவங்களைப் பெறவும் வழிவகுக்கின்றன. இந்த வழிகளில் பாடம் இடைத்தொடர்பு ஆய்வுகள் (Interdisciplinary Studies), தொழிற்கல்வி, தொழில்நுட்பம் சார்ந்த திட்டங்கள், கலைகளின் ஒருங்கிணைப்பு, அனுபவக் கற்றல் வாய்ப்புகள் மற்றும் சமூகம் சார்ந்த செயற்றிட்டங்கள் ஆகியவை அடங்கும். உதாரணமாக, பொறியியலில் ஆர்வமுள்ள ஒரு மாணவர் ரோபாட்டிக்ஸ் செயற்றிட்டங்கள் மற்றும் கோடிங் (Coding) நடவடிக்கைகளில் ஈடுபடலாம், அதே நேரத்தில் சுற்றுச்சூழல் நிலைத்தன்மை மீது ஆர்வம் கொண்ட மற்றொரு மாணவர் சுற்றுச்சூழல் ஆராய்ச்சி மற்றும் சமூக முன்முயற்சிகளில் பங்கேற்கலாம். இரு மாணவர்களும் தங்களது தனிப்பட்ட ஆர்வமுள்ள பகுதிகளைத் தொடரும் அதே வேளையில், சிக்கலைத் தீர்த்தல், குழுப்பணி மற்றும் விமர்சனச் சிந்தனை போன்ற அத்தியாவசியத் தகைமைகளை வளர்த்துக் கொள்கிறார்கள்.

தனிநபரின் தேவைகள் மற்றும் முன்னேற்றத்திற்கு ஏற்ப அமையக்கூடிய நெகிழ்வான கல்விக் தளங்களை வழங்குவதன் மூலம், தனிப்பயனாக்கப்பட்ட கற்றலுக்கு தொழில்நுட்பம் மேலும் ஆதரவளிக்க முடியும். இத்தகைய கருவிகள் மாணவர்கள் தங்களது சொந்த வேகத்தில் கற்றுக்கொள்ளவும், தேவைப்படும்போது இலக்கு வைக்கப்பட்ட ஆதரவைப் பெறவும் அனுமதிக்கின்றன.

மாணவர்களைப் பலதரப்பட்ட கற்றல் வழிகளுக்கு உட்படுத்துவதன் மூலம், பாடசாலைகள் அவர்களின் பலங்களையும் ஆர்வங்களையும் கண்டறிய உதவுவதோடு, எதிர்கால தொழில் மாற்றங்களைக் கையாள்வதற்குத் தேவையான நெகிழ்வுத்தன்மையையும் உருவாக்குகின்றன. வெற்றிக்கு பல வழிகள் உள்ளன என்பதையும், முன்னரே தீர்மானிக்கப்பட்ட

பாதையைப் பின்பற்றுவதை விட தொடர்ச்சியான வளர்ச்சியே முக்கியமானது என்பதையும் மாணவர்கள் புரிந்துகொள்கிறார்கள்.

ஆசிரியர்களின் மாறிவரும் பங்கு (*The Evolving Role of Teachers*)

கல்வியானது நெகிழ்வுத்தன்மை மற்றும் வாழ்நாள் கற்றலை நோக்கி நகரும்போது, ஆசிரியர்களின் பங்கும் மாற வேண்டும். ஆசிரியர்கள் இனிமேல் வெறும் தகவல்களை வழங்குபவர்கள் மட்டுமல்ல. மாறாக, அவர்கள் கற்றல் அனுபவங்களை எளிதாக்குபவர்களாக (Facilitators), வழிகாட்டிகளாக (Mentors), பயிற்சியாளர்களாக (Coaches) மற்றும் கற்றல் அனுபவங்களை வடிவமைப்பாளர்களாகச் செயல்படுகிறார்கள். நவீன கல்வியாளர்கள் ஆய்வு, குழுப்பணி மற்றும் சுயாதீன சிந்தனையை ஊக்குவிக்கும் சூழல்களை உருவாக்க வேண்டும். கற்றல் உத்திகள், விமர்சனச் சிந்தனைத் திறன்கள் மற்றும் சுய ஒழுங்குமுறை திறன்களை (Self-Regulation Abilities) வளர்ப்பதில் அவர்கள் மாணவர்களுக்கு வழிகாட்ட வேண்டும். அனைத்து விடைகளையும் தாங்களே வழங்குவதற்குப் பதிலாக, ஆசிரியர்கள் மாணவர்கள் அர்த்தமுள்ள கேள்விகளை உருவாக்கவும், தீர்வுகளைச் சுயாதீனமாகக் கண்டறியவும் உதவலாம்.

இந்த மாற்றத்திற்கு ஆதரவளிப்பதில் தொழில்முறை மேம்பாடு (Professional Development) இன்றியமையாதது ஆகும். ஆசிரியர்களுக்குப் புதுமையான கற்பித்தல் உத்திகளைக் கற்றுக்கொள்ளவும், தொழில்நுட்பத்தைத் திறம்பட ஒருங்கிணைக்கவும், மாணவர் மைய அணுகுமுறைகளை நடைமுறைப்படுத்தவும் வாய்ப்புகள் தேவை. சமகால கற்றல் சூழல்களின் தேவைகளை ஆசிரியர்கள் பூர்த்தி செய்வதை உறுதி செய்வதற்காக கல்வி அமைப்புகள் தொடர்ச்சியான ஆசிரியர் பயிற்சிகளில் முதலீடு செய்ய வேண்டும். கூடுதலாக, ஆசிரியர்கள் தங்களை வாழ்நாள் கற்பவர்களாக முன்னுதாரணமாகக் காட்ட வேண்டும். ஆசிரியர்கள் புதிய தொழில்நுட்பங்களை ஏற்றுக்கொள்வதையும், பின்னூட்டங்களைத் தேடுவதையும், தங்களது கற்பித்தல் முறையைத் தொடர்ச்சியாக மேம்படுத்துவதையும் மாணவர்கள் அவதானிக்கும்போது, அவர்கள் நெகிழ்வுத்தன்மைக்கான சக்திவாய்ந்த நிஜ உலக உதாரணங்களைப் பெற்றுக்கொள்கிறார்கள். எதிர்கால தொழில்சார் சூழலானது தொடர்ச்சியான மாற்றம், தொழில்நுட்ப கண்டுபிடிப்புகள் மற்றும் அதிகரிக்கும் நிச்சயமற்ற தன்மையால் வகைப்படுத்தப்படும். இத்தகையதொரு சூழலில், காலாவதியான அறிவை மறப்பதற்கும், புதிதாக உருவாகும் திறன்களை மீண்டும் கற்றுக்கொள்வதற்கும், புதிய சூழ்நிலைகளுக்கு ஏற்ப தங்களை மாற்றியமைத்துக் கொள்வதற்கும் உள்ள திறன் இன்றியமையாததாகும். எனவே, பாடசாலைகள் மனப்பாடம் செய்வதற்கும் தரப்படுத்தப்பட்ட சாதனைகளுக்கும் மட்டும் முன்னுரிமை அளிக்கும் பாரம்பரியக் கல்வி மாதிரிகளைத் தாண்டி நகர வேண்டும். வளர்ச்சி மனப்பான்மையை வளர்ப்பதன் மூலமும், ஆர்வத்தைத் தூண்டுவதன் மூலமும், மாணவர்களுக்கு அதிக தெரிவுகளை வழங்குவதன் மூலமும், நெகிழ்வான மதிப்பீடுகளை நடைமுறைப்படுத்துவதன் மூலமும், பலதரப்பட்ட கற்றல் வழிகளை உருவாக்குவதன் மூலமும், பாடசாலைகள் வாழ்நாள் வெற்றிக்காகத் தயாரான நெகிழ்வுத்தன்மையும் மீண்டெழும் திறனும் கொண்ட கற்பவர்களை உருவாக்க முடியும். மேலும், ஆசிரியர்கள் மாணவர்களைத் தங்களது கற்றலுக்குப் பொறுப்பேற்கச் செய்யும் வசதியளிப்பவர்களாகவும் வழிகாட்டிகளாகவும் தங்களது மாறிவரும் பங்கை ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும்.

இறுதியாக, கல்வியானது மாணவர்களை அவர்களின் முதல் வேலைக்கு மட்டும் தயார்படுத்தக் கூடாது; மாறாக, அது அவர்களின் வாழ்நாள் முழுவதற்குமான கற்றல் மற்றும் மாற்றியமைத்துக் கொள்ளும் திறனுக்காக அவர்களைத் தயார்படுத்த வேண்டும். இக்குணங்களை வெற்றிகரமாக வளர்க்கும் பாடசாலைகள், எதிர்கால சந்ததியினருக்கு எந்நேரமும் மாறிக்கொண்டே இருக்கும் உலகில் சிறந்து விளங்குவதற்குத் தேவையான தன்னம்பிக்கை, திறன்கள் மற்றும் மனப்பான்மையை வழங்கும்.

பாலசிங்கம் சஜிந்ரன், பாண்டிருப்பு

சுவையான மற்றும் ஆரோக்கியமான கணவாய் சூப்

தேவையான பொருள்கள்

- கணவாய் : 250 கிராம் (சிறிய துண்டுகளாக வெட்டியது)
- சின்ன வெங்காயம் : 10 (பொடியாக நறுக்கியது)
- தக்காளி : 1 சிறியது (பொடியாக நறுக்கியது)
- இஞ்சி பூண்டு விழுது : 1 தேக்கரண்டி
- பச்சை மிளகாய் : 1 (கீறியது)
- மஞ்சள் தூள் : 1/4 தேக்கரண்டி
- சீரகத் தூள் : 1/2 தேக்கரண்டி
- மிளகுத் தூள் : 1 முதல் 1.5 தேக்கரண்டி (உங்கள் காரத்திற்கு ஏற்ப)
- கொத்தமல்லி, கறிவேப்பிலை : சிறிதளவு
- நல்லெண்ணெய் அல்லது வெண்ணெய் : 2 தேக்கரண்டி
- உப்பு : தேவையான அளவு
- தண்ணீர் : 3 முதல் 4 கோப்பைகள்

செய்முறை விளக்கம்:

01. தாளித்தல் : ஒரு பாத்திரத்தில் நல்லெண்ணெய் அல்லது வெண்ணெய் ஊற்றி சூடானதும், கறிவேப்பிலை மற்றும் பச்சை மிளகாய் சேர்த்து தாளிக்கவும்.

02. வெங்காயம், தக்காளி வதக்குதல் : அடுத்து நறுக்கிய சின்ன வெங்காயத்தைச் சேர்த்து பொன்னிறமாக வதக்கவும். பின் இஞ்சி பூண்டு விழுது சேர்த்து பச்சை வாசனை போகும் வரை வதக்க வேண்டும். அதனுடன் தக்காளியையும் சேர்த்து மசியும் வரை வதக்கவும்.

03. கணவாய் சேர்த்தல் : இப்போது சுத்தம் செய்து வைத்துள்ள கணவாய் துண்டுகளைச் சேர்த்து 2 நிமிடங்கள் நன்றாக வதக்கவும். (கணவாய் வதங்கும்போது அதிலிருந்தே கொஞ்சம் தண்ணீர் பிரியும்).

04. மசாலா மற்றும் தண்ணீர் : கணவாய் ஓரளவுக்கு வதங்கியதும் மஞ்சள் தூள்இ சீரகத் தூள் மற்றும் தேவையான அளவு உப்பு சேர்த்து கிளறவும். உடனடியாக 3 முதல் 4 கோப்பைகள் தண்ணீர் ஊற்றி நன்றாகக் கொதிக்க விடவும்.

05. வேக வைத்தல் : பாத்திரத்தை மூடி வைத்து மிதமான தீயில் 10 முதல் 12 நிமிடங்கள் கொதிக்க விடவும். கணவாய் துண்டுகள் நன்றாக வெந்து, சூப் பக்குவத்திற்கு வரும்.

முக்கிய குறிப்பு : கணவாயை அதிக நேரம் வேக வைத்தால் ரப்பர் போல கடினமாகிவிடும். எனவே 10-12 நிமிடங்கள் போதுமானது.

நிறைவு செய்தல் : சூப் தயாரானதும் இறுதியாக மிளகுத் தூள் மற்றும் நறுக்கிய கொத்தமல்லித் தழையைத் தூவி கலந்து இறக்கினால், சூடான மற்றும் காரசாரமான கணவாய் சூப் தயார்!

சிறு குறிப்பு: உங்களுக்கு சூப் சற்று தடிமனாக வேண்டும் எனில், இறக்குவதற்கு 2 நிமிடங்களுக்கு முன்பு ஒரு தேக்கரண்டி சோள மாவை சிறிதளவு தண்ணீரில் கரைத்து சூப்பில் சேர்த்து கொதிக்க விடலாம். இதனை சூடாகக் குடிக்கும்போது சளி மற்றும் இருமலுக்கு மிகச் சிறந்த நிவாரணமாக இருக்கும்.

இ. ரூபிகா

உங்கள் மனதிலும் ஒரு 'சங்கிலி' இருக்கிறதா?

வெற்றியைத் தடுக்கும் 'கற்றுக்கொண்ட இயலாமை' (Learned Helplessness) என்னும் உளவியல் சிக்கல்!

நம்மில் பலருக்கு ஒரு பழக்கம் உண்டு. ஏதேனும் ஒரு காரியத்தைத் தொடங்கி, அதில் இரண்டு அல்லது மூன்று முறை தோல்வி கிடைத்துவிட்டால், உடனே ஒரு முடிவுக்கு வந்துவிடுவோம் "இது நமக்கு செட் ஆகாது", "நம் நேரம் சரியில்லை" அல்லது "என்னதான் முயன்றாலும் நம்மால் இதைச் சாதிக்க முடியாது". ஆனால், இந்த எதிர்மறை எண்ணமே உங்களின் அடுத்தகட்ட வளர்ச்சியைத் தடுக்கும் ஒரு ஆபத்தான உளவியல் முடக்கம் என்று சொன்னால் நம்புவீர்களா?

அறிவியல் உலகம் இதனை 'கற்றுக்கொண்ட இயலாமை' (Learned Helplessness) என்று அழைக்கிறது. மனித மனதின் இந்த விசித்திரமான முடக்க நிலையை, உலகளவில் மிக பிரபலமாகப் பேசப்படும் 'சாகச யானையின்' வாழ்வியலோடு ஒப்பிட்டுப் பார்த்தால் நமக்கு உண்மை புரியும்.

சாகச யானையின் சங்கிலித் தத்துவம்

மிகப் பெரிய மரங்களை வேரோடு பிடுங்கி எறியும் பலம் கொண்ட ஒரு சாகச யானை, ஒரு சிறிய மரக்குச்சியில் கட்டப்பட்ட மெல்லிய சங்கிலியை அல்லது கயிற்றை உடைக்காமல், அதன் முன்னே அமைதியாக நின்றுகொண்டிருப்பதை நீங்கள் பார்த்திருப்பீர்கள்.

நினைத்தால் ஒரே நொடியில் அதைத் துண்டித்துவிட்டு ஓட முடியும் என்றாலும், அது ஏன் அங்கேயே நிற்கிறது? இதற்குக் பின்னணியில் ஒரு உளவியல் காரணம் இருக்கிறது.

அந்த யானை குட்டியாக இருக்கும்போது, அதன் பாகன் அதனை ஒரு தடிமனான இரும்புச் சங்கிலியால் ஒரு பெரிய தூணில் கட்டிப் போட்டிருப்பார். அப்போது அந்தத் தடையை உடைத்துக்கொண்டு தப்பிக்க, தன் குட்டி பலத்தைக் கொண்டு அது பலமுறை முயன்றிருக்கும். ஆனால், சிறிய குட்டியால் அந்த இரும்புச் சங்கிலியை உடைக்க முடிந்திருக்காது. பலத்த காயங்களும் ஏமாற்றமுமே மிஞ்சியிருக்கும். இதனால், "நம்மால் இந்தச் சங்கிலியை ஒருபோதும் உடைக்க முடியாது" என்ற தோல்வி எண்ணம் அதன் ஆள்மனதில் ஆழமாகப் பதிந்துவிடுகிறது.

காலங்கள் உருண்டோடி, அந்த யானை வளர்ந்து டன் கணக்கில் எடையும் அசாத்திய பலமும் பெறுகிறது. இப்போது பாகன் அதன் காலில் இரும்புச் சங்கிலியைப் போடுவதில்லை. ஒரு சாதாரண கயிற்றைத்தான் கட்டுவார். இப்போது யானை நினைத்தால் மிக எளிதாகத் தப்பிவிடலாம். ஆனால், வளர்ந்த பிறகும் அது தப்பிக்க முயற்சிப்பதே இல்லை!

காரணம், அதன் காலில் இருக்கும் நிஜமான கயிறு அல்ல, "நம்மால் முடியாது" என்று அதன் குழந்தைப் பருவத்தில் உருவான 'கற்றுக்கொண்ட இயலாமை' என்னும் மனவிலங்குதான் அதை இன்னும் அங்கேயே கட்டிப்போட்டு வைத்திருக்கிறது.

நமது வாழ்க்கையிலும் இதே கதைதான்!

இந்த யானையின் நிலைமைதான் இன்று நம்மில் பலருக்கும் இருக்கிறது.

கடந்த கால வடுக்கள்: நாம் கடந்த காலத்தில் எழுதிய ஏதேனும் ஒரு போட்டித் தேர்வு, அல்லது நாம் கையாண்ட ஏதேனும் ஒரு தொழில் முயற்சி, கிராமிய மட்டத்திலான வாழ்வாதாரத் திட்டம் தோல்வியில் முடிந்திருக்கலாம். அந்தப் பழைய ஏமாற்றம், இன்று நம் கண்முன்னே வரும் புதிய மற்றும் எளிய வாய்ப்புகளைக் கூட எட்டிப் பிடிக்க விடாமல் நம்மைக் கட்டிப்போடுகிறது.

மாறும் சூழ்நிலைகள்: காலம் மாறும்போது நம்மைச் சுற்றியுள்ள தடைகள் நீங்கியிருக்கலாம், நம்மிடம் புதிய திறமைகளும், அனுபவப் பக்குவமும் வளர்ந்திருக்கலாம். ஆனால், நாமோ இன்னும் அந்தப் பழைய 'மனச் சங்கிலியை' நினைத்துக்கொண்டே, "என்னால் முடியாது" என்று நம்மை நாமே சுருக்கிக் கொள்கிறோம். சூழ்நிலைகள் மாறினாலும் நம் மனநிலை மாற மறுக்கிறது.

விடுபடுவது எப்படி?

அன்பான வாசகர்களே, கடந்த காலத் தோல்விகள் என்பது ஒரு கசப்பான அனுபவமே தவிர, அது உங்கள் எதிர்காலத்தைத் தீர்மானிக்கப் போகும் இறுதித் தீர்ப்பு அல்ல.

உங்களுக்கும் உங்கள் இலக்குகளுக்கும் நடுவே இருப்பதாக நீங்கள் பயப்படும் அந்தத் தடை அல்லது சங்கிலி, இன்று வெறும் பலவீனமான நூல் இழையாகக் கூட மாறியிருக்கலாம். உங்களை முடக்கி வைத்திருக்கும் கற்பனைச் சுவர்களை உடைத்தெறியுங்கள்.

உங்களுக்காக, உங்களின் உன்னதமான எதிர்காலத்திற்காக "இன்னும் ஒரே ஒரு முறை" (Just one more try) முழு வீச்சோடு முயற்சி செய்து பாருங்கள். யார் கண்டது? அந்த ஒரே ஒரு இறுதி முயற்சிதான் உங்கள் வாழ்க்கையின் மிகப்பெரிய திருப்புமுனையாக (Breakthrough) மாறக்கூடும்!

அ. சர்மிலராஜ்
(கிராம அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர்)

உங்கள் குழந்தையின் எதிர்காலம் உங்கள் கையில்
இளம் பருவ குழந்தை பராமரிப்பும் வளர்ச்சியும்
ஒவ்வொரு பெற்றோரும் அறிந்திருக்க வேண்டியவை

சில நாட்களுக்கு முன்பு, ஒரு தாய் என்னிடம் வந்தார். அவரது மூன்று வயது மகன் பேசுவதில் சிறிது தாமதமாக இருந்தான். அவர் கவலைப்பட்டுக் கொண்டிருந்தார். "டாக்டர், இப்போதே கவலைப்பட வேண்டுமா? பாடசாலைக்கு போனால் சரியாகிவிடுமா?" என்று கேட்டார்.

இந்தக் கேள்வி எனக்குப் புதியதல்ல. பல பெற்றோர்கள் இதே கேள்வியுடன் வருகிறார்கள். உண்மை என்னவென்றால், பாடசாலைக்காகக் காத்திருக்கக் கூடாது. குழந்தையின் மூளை வளர்ச்சி, பாடசாலைக்கு போவதற்கு முன்பே, அதாவது பிறந்த நாள் முதல் ஆறு வயது வரையிலான காலகட்டத்தில் தான் மிக வேகமாக நடைபெறுகிறது. இந்தக் காலகட்டத்தில் நாம் கொடுக்கும் அன்பும், கவனிப்பும், தூண்டுதலும் தான் அவர்களின் வாழ்நாள் முழுவதற்குமான அடித்தளமாக அமைகின்றன. இதை விஞ்ஞான மொழியில் "இளம் பருவ குழந்தை பராமரிப்பும் வளர்ச்சியும்" (**Early Childhood Care and Development - ECCD**) என்று அழைக்கிறோம். இந்தக் கட்டுரை, **ECCD** என்றால் என்ன, ஏன் முக்கியம், பெற்றோர்களாகிய நீங்கள் வீட்டிலேயே என்ன செய்யலாம் என்பது குறித்து விவாதிக்கின்றது.

ECCD என்றால் என்ன?

ECCD என்பது வெறும் "குழந்தை பராமரிப்பு" மட்டுமல்ல. இது ஒரு முழுமையான கட்டமைப்பு.கருத்தரித்த நாள் முதல் குழந்தை ஆறு வயது அடையும் வரை - அதனது உடல் வளர்ச்சி, மூளை வளர்ச்சி, உணர்வு வளர்ச்சி, சமூகத் திறன்கள், மொழித் திறன்கள் - இவை அனைத்தும் ஒரே நேரத்தில் வேகமாக நடைபெறுகின்றன. இந்த வளர்ச்சிகளை சரியான முறையில் ஆதரிப்பதே **ECCD** இன் நோக்கம்.

ECCDஇல் என்னென்ன அடங்கும்?

- குழந்தையின் உடல் நலன் மற்றும் ஊட்டச்சத்து
- தாயின் கர்ப்பகாலம் முதல் பெற்றோரின் மனநலன்
- வீட்டில் அன்பான, பதிலளிக்கும் பராமரிப்பு
- விளையாட்டு, கதை சொல்லல், பாட்டு மூலம் கற்றல்
- குழந்தையை வன்முறையிலிருந்து பாதுகாத்தல்
- பாடசாலை முன் கல்வி (Preschool / Day-care)

இவை அனைத்தும் ஒன்றோடொன்று இணைந்தவை. ஒன்று சரியில்லாவிட்டால், மற்றவற்றையும் பாதிக்கும்.

ஏன் இந்தக் காலகட்டம் இவ்வளவு முக்கியம்?

குழந்தையின் மூளை - ஒரு வியக்க வைக்கும் உண்மை

குழந்தை பிறக்கும்போது, அவர்களின் மூளையில் சுமார் 100 பில்லியன் நரம்பு செல்கள் இருக்கின்றன. ஆனால் இந்த செல்களுக்கிடையே இணைப்புகள் மிகவும் குறைவாக இருக்கும்.

பிறந்த நாள் முதல் ஆறு வயது வரை, ஒவ்வொரு நொடியும் 10 லட்சம் புதிய நரம்பு இணைப்புகள் உருவாகின்றன! இந்த வேகத்தில் வாழ்நாளில் வேறு எந்தக் காலகட்டத்திலும் மூளை வளர்வதில்லை. இந்த இணைப்புகள் எதனால் உருவாகின்றன?

- அன்பான தொடுதல் - தாய் அல்லது தந்தை குழந்தையை அணைக்கும்போது
- கண்களில் கண்கள் வைத்துப் பார்க்கும்போது
- பேசும்போது, பாடும்போது, கதை சொல்லும்போது
- விளையாடும்போது
- பதிலளிக்கும் பராமரிப்பு - குழந்தையின் அழுகையின்போது உடனடியாகப் பதில் கிடைக்கும்நிலையில்

இவை இல்லாவிட்டால், இந்த இணைப்புகள் உருவாகாமலேயே போகலாம். உருவானாலும், பயன்படுத்தப்படாத இணைப்புகள் காலப்போக்கில் அழிந்துவிடும். "Use it or lose it" (பயன்படுத்து அல்லது இழந்துவிடு) - இதுதான் மூளையின் விதி.

முதல் 1000 நாட்கள் (கருத்தரித்தல் முதல் 2 வயது வரை) கர்ப்பகாலம் முதல் குழந்தையின் இரண்டாவது பிறந்தநாள் வரையிலான சுமார் 1000 நாட்கள் - மூளை வளர்ச்சிக்கான மிக மிக முக்கியமான காலகட்டம். இந்தக் காலத்தில்:

- மூளையின் அடிப்படை கட்டமைப்பு உருவாகிறது.
- உணர்ச்சிகளைக் கட்டுப்படுத்தும் திறன் உருவாகிறது.
- பாசப் பிணைப்பு (attachment) உருவாகிறது - இது வாழ்நாள் முழுவதும் உறவுகளை பாதிக்கும்.
- மொழி வளர்ச்சியின் அடித்தளம் உருவாகிறது.

அடுத்த 1000 நாட்கள் (2 வயது முதல் 5 வயது வரை) முதல் 1000 நாட்கள் முக்கியம் என்று பலர் அறிவார்கள். ஆனால் அடுத்த 1000 நாட்களும் சமபங்காக முக்கியம் என்பது தெரியுமா? 2 முதல் 5 வயது வரை:

- மொழித்திறன் வேகமாக வளர்கிறது.
- சுய கட்டுப்பாடு (self-regulation) உருவாகிறது.
- நண்பர்களோடு பழகும் திறன் வளர்கிறது.
- "ஏன்? எப்படி?" என்ற ஆர்வம் மிக அதிகமாக இருக்கும் - இதுவே கற்றலுக்கான இயற்கையான உந்துதல்.
- பள்ளிக்கான மனத்தயாரிப்பு (school readiness) உருவாகிறது.

உலக ஆராய்ச்சிகள் தெளிவாகக் காட்டுகின்றன: இந்த வயதில் ஆரம்பகால கற்றலும் அன்பான பராமரிப்பும் பெற்ற குழந்தைகள், அவற்றைப் பெறாத குழந்தைகளை விட சுமார் இரண்டு ஆண்டுகள் வளர்ச்சியில் முன்னால் இருக்கிறார்கள்.

இலங்கையில் நிலைமை என்ன?

இலங்கையில் குழந்தை மரண விகிதம் குறைந்திருக்கிறது, தாய் மரண விகிதம் குறைந்திருக்கிறது - இவை பெருமைப்படத்தக்க சாதனைகள். ஆனால் ECCD என்று வரும்போது, இன்னும் நாம் கடக்க வேண்டிய தூரம் இருக்கிறது.

சில கவலைப்படத்தக்க தகவல்கள்

- *ஐந்து வயதிற்குட்பட்ட குழந்தைகளில் சுமார் 17% குழந்தைகள் வளர்ச்சிக் குறைபாட்டால் பாதிக்கப்படுகிறார்கள் (Stunting).*
- *குழந்தைகளில் இரும்புச்சத்து குறைபாடு இன்னமும் பொதுவான பிரச்சினையாக உள்ளது.*
- *பல குழந்தைகளுக்குத் தரமான பாடசாலை முன் கல்வி கிடைப்பதில்லை, குறிப்பாக கிராமப்புறங்களில்.*
- *பல பெற்றோர்களுக்கு வளர்ச்சி மைல்கற்கள் (developmental milestones) பற்றிய விழிப்புணர்வு இல்லை.*

நல்ல செய்தி என்னவென்றால் - இலங்கையில் தேசிய ECCD கொள்கை உள்ளது. சுகாதார அமைச்சு, கல்வி அமைச்சு, பெண்கள் மற்றும் குழந்தை விவகார அமைச்சு ஆகியவை இணைந்து செயல்படுகின்றன.

அன்பான பராமரிப்பின் ஐந்து தூண்கள்

WHO, UNICEF மற்றும் உலக வங்கி ஆகியவை சேர்ந்து வரையறுத்த "Nurturing Care Framework" என்னும் கட்டமைப்பு, குழந்தையின் ஆரோக்கியமான வளர்ச்சிக்கு ஐந்து முக்கியமான பரிமாணங்களை அடையாளம் காட்டுகிறது. இவற்றை எளிமையாகப் புரிந்து கொள்வோம்:

• தூண் 1: நல்ல உடல் நலன் (Good Health)

குழந்தையின் உடல் நலன் தான் வளர்ச்சியின் முதல் அடித்தளம். பெற்றோர்கள் செய்ய வேண்டியவை:

* *தடுப்பூசி கட்டாயம் - தேசிய தடுப்பூசி அட்டவணையைத் தவறாமல் பின்பற்றுங்கள். ஒவ்வொரு தடுப்பூசியும் ஒவ்வொரு நோயிலிருந்து குழந்தையைக் காக்கிறது.*

*வளர்ச்சி கண்காணிப்பு (Growth Monitoring) - PHM வீட்டிற்கு வரும்போதோ, Child Welfare Clinic போகும்போதோ குழந்தையின் எடை, உயரம், தலை சுற்றளவு எல்லாம் சரிபாருங்கள். இவை குழந்தை சரியாக வளர்கிறார்களா என்பதைக் காட்டுகின்றன.

* சுத்தமான நீர் மற்றும் சுகாதாரம் - கைகளைச் சோப்பு போட்டுக் கழுவும் பழக்கம் குழந்தைக்கும், குடும்பத்தினர் அனைவருக்கும் கற்றுக் கொடுங்கள்.

* நோய் அறிகுறிகள் தெரிந்தால் உடனே மருத்துவரிடம் போங்கள் சளி, காய்ச்சல், வயிற்றுப்போக்கு - இவை சாதாரணமாகத் தெரிந்தாலும் சிறு குழந்தைகளுக்கு விரைவாக மோசமாகலாம்.

* தாய்ப்பால் - பிறந்தது முதல் ஆறு மாதங்கள் வரை தாய்ப்பால் மட்டும் கொடுங்கள். இரண்டு வயது வரை தாய்ப்பாலுடன் சேர்த்துத் திட உணவு கொடுங்கள். தாய்ப்பால் மூளை வளர்ச்சிக்கும், நோய் எதிர்ப்பு சக்திக்கும் மிக முக்கியமானது.

• தூண் 2: போதுமான ஊட்டச்சத்து (Adequate Nutrition)

"குழந்தை சாப்பிடுகிறான், அது போதுமானது" என்று நினைக்கலாம். ஆனால் என்ன சாப்பிடுகிறார்கள் என்பது அதை விட முக்கியம். பெற்றோர்கள் செய்ய வேண்டியவை:

* ஆறு மாதத்திலிருந்து திட உணவு ஆரம்பிக்கவும் - பருவத்திற்கேற்ற மசித்த காய்கறிகள், பழங்கள், பருப்பு வகைகள், முட்டை - இவற்றை படிப்படியாக அறிமுகப்படுத்துங்கள்.

* வண்ணமயமான உணவு - "Rainbow Diet" என்று சொல்வார்கள். சிவப்பு (தக்காளி, கேரட்), பச்சை (கீரை, பீன்ஸ்), மஞ்சள் (பூசணி, வாழைப்பழம்) - வெவ்வேறு நிறங்களில் உணவு கொடுத்தால், வெவ்வேறு வகை சத்துக்கள் கிடைக்கும்.

* இரும்புச்சத்து நிறைந்த உணவு - சிவப்பு இறைச்சி, கீரை வகைகள், முட்டை, பயறு வகைகள் - இவை மூளை வளர்ச்சிக்கு அத்தியாவசியம். இரும்புச்சத்துக் குறைபாடு இருந்தால் குழந்தை சோர்வாகவும், கவனமில்லாமலும் இருப்பார்கள்.

* துரித உணவைத் தவிர்க்கவும் - Biscuits, Chips, குளிர்பானங்கள் - இவை பசியை அடைக்கும், ஆனால் சத்துத் தராது. குழந்தைக்கு இயற்கையான உணவே சிறந்தது.

* சாப்பிடும் நேரம் மகிழ்ச்சியாக இருக்கட்டும் - கட்டாயப்படுத்திச் சாப்பிட வைப்பதால் பயமும் எதிர்ப்பும் உருவாகும். குழந்தையுடன் பேசிக்கொண்டே, ஒன்றாகச் சாப்பிடுங்கள்.

* கர்ப்பகாலத்தில் தாயின் ஊட்டச்சத்து - Folic acid, Iron, Calcium - கர்ப்பகால மாத்திரைகளைத் தவறாமல் சாப்பிடுங்கள். கர்ப்பகாலத்தில் தாய் சாப்பிடுவது குழந்தையின் மூளை வளர்ச்சியை நேரடியாகப் பாதிக்கிறது.

• தூண் 3: பதிலளிக்கும் அன்பான பராமரிப்பு (Responsive Caregiving)

இது ECCD இன் இதயம். "Responsive" என்றால் - குழந்தையின் தேவைகளுக்கு உடனடியாகவும் அன்போடும் பதில் கொடுப்பது. பெற்றோர்கள் செய்ய வேண்டியவை:

* குழந்தை அழுதால் உடனே போங்கள் - "அழவிட்டுத் தான் தூங்கட்டும்" என்று விட வேண்டாம். அழுகை என்பது குழந்தையின் மொழி. அதற்குப் பதில் கொடுப்பது குழந்தைக்கு "நீ பாதுகாப்பாக இருக்கிறாய்" என்ற நம்பிக்கையை உருவாக்கும்.

* கண்ணோடு கண் பாருங்கள் (Eye contact) - குழந்தையோடு பேசும்போது, விளையாடும்போது குனிந்து அவர்களின் கண்களில் பாருங்கள். இது மிக முக்கியமான மூளை இணைப்புகளை உருவாக்கும்.

* "Serve and Return" விளையாட்டு - குழந்தை ஒரு பொருளைச் சுட்டிக்காட்டுகிறார்கள், நீங்கள் "ஆமா, அது பூ!" என்று சொல்கிறீர்கள். குழந்தை சிரிக்கிறார்கள், நீங்கள் சிரிக்கிறீர்கள். இந்த "கொடு-வாங்கு" தொடர்பு நரம்பு வளர்ச்சிக்கு மிக அவசியம்.

* கட்டிப்பிடியுங்கள் - அன்பான தொடுதல் "Oxytocin" என்ற ஹார்மோனைச் சுரக்கச் செய்கிறது. இது குழந்தைக்குப் பாதுகாப்பு உணர்வையும், மன நிலைப்பாட்டையும் கொடுக்கிறது.

* குழந்தையோடு பேசுங்கள் - குழந்தை பேசத் தெரியாவிட்டாலும், நீங்கள் பேசுங்கள். "இப்போ சாப்பிடுவோம், இது சோறு, இது நல்லா இருக்கு" என்று நடப்பதைச் சொல்லிக்கொண்டே போங்கள் இதுவே மொழி வளர்ச்சியின் அடிப்படை.

• தூண் 4: பாதுகாப்பும் நலனும் (Safety and Security)குழந்தை வளர்வதற்குப் பாதுகாப்பான சூழல் அவசியம் - உடல் ரீதியாகவும், மன ரீதியாகவும். பெற்றோர்கள் செய்ய வேண்டியவை:

* அடிக்காதீர்கள், திட்டாதீர்கள் - இது மிக முக்கியமான செய்தி. உடல் தண்டனை குழந்தையின் மூளை வளர்ச்சியை நேரடியாகப் பாதிக்கிறது. அடிபட்ட குழந்தைகளின் மூளையில் மன அழுத்த ஹார்மோன்கள் அதிகமாகச் சுரக்கின்றன. இது கற்றல் திறனைக் குறைக்கும், பயத்தை அதிகரிக்கும்.

* "குழந்தையை அடிப்பது தற்காலிகமாகக் கீழ்ப்படிய வைக்கலாம், ஆனால் நீண்ட காலத்தில் அது குழந்தையை உடைக்கிறது."

* மாற்று வழிகளைக் கையாளுங்கள் - குழந்தை தவறு செய்தால், "இது தவறு, இப்படிச் செய்யலாம்" என்று அமைதியாகச் சொல்லுங்கள். கோபமாகும்போது ஒரு நிமிடம் வெளியே போய் மூச்சைச் சீராக்கிக்கொள்ளுங்கள்.

*வீட்டில் பாதுகாப்பு - மின்சார சாக்கெட்டுகள் மூடியிருக்கட்டும். கூர்மையான பொருட்கள் எட்டாத உயரத்தில் வையுங்கள். திறந்தவெளி நீர் நிலைகள் அருகில் குழந்தையைக் கண்காணியுங்கள்.

* வீட்டில் சண்டை வேண்டாம் - பெற்றோர்களுக்கிடையே நடக்கும் சண்டைகளை, வாக்குவாதங்களைக் குழந்தைகள் பார்க்கும்போது அவர்களுக்கு மன அழுத்தம் உண்டாகிறது. இது அவர்களின் வளர்ச்சியை மறைமுகமாகப் பாதிக்கும்.

* குழந்தை துஷ்பிரயோகத்தைத் தவிர்க்கவும் - குழந்தையைத் தனியாக வீட்டில் விட வேண்டாம். அந்நியர்கள் கையில் கொடுக்கும்போது கவனமாக இருங்கள்.

• தூண் 5: ஆரம்பகால கற்றல் (Early Learning) "கற்றல்" என்றால் பாடம் படிப்பது மட்டுமல்ல. குழந்தைகள் விளையாட்டின் மூலமே கற்கிறார்கள். பெற்றோர்கள் செய்ய வேண்டியவை:

* கதை சொல்லுங்கள் - படம் பார்க்கும் புத்தகங்கள் வைத்திருங்கள். தினமும் தூக்கம் வருவதற்கு முன் ஒரு கதை சொல்லுங்கள். கதை கேட்கும் குழந்தைகளுக்கு மொழித் திறனும் கற்பனை சக்தியும் வளர்கின்றன.

* பாட்டுப் பாடுங்கள் - தாலாட்டுகள், சிறு பாடல்கள் - இவை மொழி வளர்ச்சிக்கும், தாளம் புரிவதற்கும் உதவுகின்றன. பாடல்களில் உள்ள வார்த்தைகள் குழந்தைகளுக்கு வேகமாக ஞாபகத்தில் தங்கும்.

* கேள்விகள் கேளுங்கள் - "இது என்ன நிறம்? இது எத்தனை? இது எங்கே இருக்கு?" என்று கேட்கும்போது குழந்தையின் சிந்தனைத் திறன் வளர்கிறது. கேள்விக்குத் தவறான பதில் சொன்னாலும் திட்டாதீர்கள் - "நல்ல முயற்சி! இது சிவப்பு நிறம்" என்று சொல்லுங்கள்.

* விளையாட விடுங்கள் - மண்ணில் விளையாடுவது, தண்ணீரில் விளையாடுவது, ஓடுவது, தாவுவது - இவை எல்லாம் மூளை வளர்ச்சிக்கு உதவுகின்றன. "கையெல்லாம் அழுக்காகிவிடும்" என்று தடுக்காதீர்கள்.

* Screen time குறையுங்கள் - இரண்டு வயதிற்கு கீழே உள்ள குழந்தைகளுக்கு TV, மொபைல் வேண்டாம். இரண்டு வயதிற்கு மேல் நாளொன்றுக்கு ஒரு மணி நேரத்திற்கு மேல் screen time கொடுக்காதீர்கள். Screen பார்க்கும் குழந்தை, ஒரு திரையோடு மட்டுமே தொடர்பு கொள்கிறது - இது இரு வழித் தொடர்பு அல்ல, மூளைக்குப் போதுமான தூண்டுதல் இல்லை.

* வீட்டிலேயே பொம்மைகள் தேவையில்லை - குழந்தைகளுக்கு விலையுயர்ந்த பொம்மைகள் தேவையில்லை. ஒரு காலி டப்பா, ஒரு கரண்டி, வண்ணக் கல்லு, பழைய துணி - இவை எல்லாம் சிறந்த விளையாட்டுப் பொருட்கள்!

வளர்ச்சி மைல்கற்கள் - உங்கள் குழந்தை சரியாக வளர்கிறார்களா?

ஒவ்வொரு வயதிலும் குழந்தை என்னென்ன செய்யலாம் என்று ஒரு தோராயமான வழிகாட்டுதல் உள்ளது. இதை "வளர்ச்சி மைல்கற்கள்" என்று சொல்கிறோம்.

குறித்த வயதிற்குரிய வளர்ச்சி மைல்கற்களை உங்கள் குழந்தை அடையாவிட்டால் உடனே PHM இடம் தெரியப்படுத்தவும் அல்லது அருகிலுள்ள குழந்தை நல கிளினிக் செல்லுங்கள். "தானாகச் சரியாகிவிடும்" என்று காத்திருக்காதீர்கள்.

பெற்றோரின் மனநலன் - மறக்கப்படும் முக்கியமான விஷயம் நீங்களும் நலமாக இருந்தால் மட்டுமே குழந்தைக்கு நலமான பராமரிப்பு கொடுக்க முடியும்.

தாய்மார்களுக்கு:

- பிறந்த குழந்தையோடு முதல் சில மாதங்கள் மிகவும் கடினமாக இருக்கலாம். தூக்கமின்மை, ஒடுங்கிய உணர்வு, அழுகை - இவை "*Postpartum Blues*" ஆக இருக்கலாம். உடனே மருத்துவரிடம் சொல்லுங்கள்.

- உங்கள் மனநலன் குழந்தையின் வளர்ச்சியை நேரடியாகப் பாதிக்கிறது. மனச்சோர்வடைந்த தாயால் குழந்தைக்குத் தேவையான பதிலளிக்கும் பராமரிப்பு தர முடியாமல் போகலாம்.

- உதவி கேட்பது தவறல்ல. கணவர், தாய், நெருங்கிய உறவினர் - யாரிடமாவது உதவி கேளுங்கள்.

தந்தையர்களுக்கு:

குழந்தை வளர்ப்பு தாயின் வேலை மட்டும் அல்ல. தந்தையின் பங்கு சமபங்கு முக்கியமானது.

- குழந்தையோடு விளையாடுவது, குளிப்பாட்டுவது, கதை சொல்வது - இவற்றில் தந்தை பங்கேற்கும்போது குழந்தைக்கு மிகுந்த நன்மை உண்டாகிறது.

- ஆராய்ச்சிகள் காட்டுவதென்னவெனில், தந்தை நேரடியாகப் பங்கேற்கும் குடும்பங்களில் குழந்தைகளின் மொழித் திறனும், சமூகத் திறனும் சிறப்பாக வளர்கின்றன.

பாடசாலை முன் கல்வி (Preschool) - ஏன் முக்கியம்?
தரமான preschool இன் அம்சங்கள்:

- ஆசிரியர்கள் பயிற்சி பெற்றவர்களாக இருக்க வேண்டும்.
- குழந்தைகள் விளையாட்டின் மூலம் கற்கும் சூழல் இருக்க வேண்டும் - கட்டாயமாக எழுதவைக்கவோ, படிக்கவைக்கவோ கூடாது.
- சுத்தமாகவும் பாதுகாப்பாகவும் இருக்க வேண்டும்.
- குழந்தைகள் மகிழ்ச்சியாகப் போகும் சூழல் இருக்க வேண்டும்.
- ஆசிரியர்கள் அன்பாக, கோபமில்லாமல் பழகுகிறார்களா என்று கவனியுங்கள்.

அரசாங்க சேவைகள் - உங்களுக்காகவே இருக்கின்றன. இலங்கையில் குழந்தை வளர்ச்சிக்கான பல அரசு சேவைகள் இலவசமாகக் கிடைக்கின்றன. இவற்றை முழுமையாகப் பயன்படுத்திக்கொள்ளுங்கள்.

Public Health Midwife (PHM):

* கர்ப்பகாலம் முதல் குழந்தை ஐந்து வயது ஆகும் வரை வீட்டிற்கு வருகிறார்.
* வளர்ச்சி கண்காணிப்பு செய்கிறார்.
* தாய்ப்பால், ஊட்டச்சத்து பற்றி ஆலோசனை தருகிறார்.
* கவலைகளை உடனே PHM இடம் சொல்லுங்கள்.

Child Welfare Clinic (CWC):

* மாதமொருமுறை நடைபெறுகிறது.

* தடுப்பூசி, எடை கண்காணிப்பு, வளர்ச்சி மதிப்பீடு.

* தவறாமல் போங்கள்!

• **Family Health Bureau:**

* **Nutrition மற்றும் ECCD தொடர்பான வழிகாட்டல்கள் வழங்குகிறது.**

• **National Child Protection Authority (NCPA):**

* **குழந்தை துஷ்பிரயோகம் நடந்தால் - 1929 என்ற hotline எண்ணை அழைக்கவும். தினசரி வாழ்வில் ECCD - எளிய பழக்கங்கள் ECCD என்பது தனியாக "செய்ய வேண்டிய ஒன்று" அல்ல. அன்றாட வாழ்வில் சேர்க்கக்கூடிய பழக்கங்கள் தான் மிக அதிக தாக்கம் ஏற்படுத்துகின்றன.**

• **காலை நேரம்:** குழந்தையை எழுப்பும்போது, "குட் மார்னிங்! நீ நன்றாகத் தூங்கினாயா?" என்று அன்போடு சொல்லுங்கள்.

* காலை உணவை ஒன்றாகச் சாப்பிடுங்கள்.

• **குளிக்கும்போது:** "இது கை, இது கால், இது தலை" என்று சொல்லிக்கொண்டே குளிப்பாட்டுங்கள். குழந்தை சிரிக்கட்டும், விளையாடட்டும்.

• **சந்தைக்குப் போகும்போது:** "இது தக்காளி, சிவப்பு நிறம்", "இது வாழைப்பழம், மஞ்சள் நிறம்" என்று சொல்லுங்கள்.

* குழந்தை கேள்வி கேட்டால் பொறுமையாகப் பதில் சொல்லுங்கள்.

• **இரவு தூக்கம் வருவதற்கு முன்:** ஒரு சிறு கதை சொல்லுங்கள்.

* "இன்று என்ன பண்ணோம்?" என்று பேசுங்கள்.

* "நான் உன்னை நேசிக்கிறேன்" என்று சொல்லுங்கள்.

• **TV, மொபைல்:** **இரண்டு வயதிற்கு குறைவாக உள்ள குழந்தைகளுக்குக் கொடுக்காதீர்கள்.**

உங்கள் அன்பே மிகப்பெரிய கல்வி உலகிலுள்ள எந்த விலையுயர்ந்த பொம்மையையும், எந்த branded preschool ஐயும் விட, பெற்றோரின் அன்பான கவனிப்பும் பதிலளிக்கும் பராமரிப்பும் தான் குழந்தைக்கு மிகவும் தேவையான ஒன்று.

உலகளாவிய ஆராய்ச்சிகள் ஒன்றை மீண்டும் மீண்டும் நிரூபிக்கின்றன - இளைய வயதில் முதலீடு செய்வதன் பலன் மிகவும் அதிகம். அதே முதலீட்டைப் பள்ளி வயதில் செய்தால் அந்தப் பலன் கிடைக்காது. இன்று உங்கள் குழந்தையோடு ஐந்து நிமிடம் கூடுதலாக விளையாடுங்கள். ஒரு கதை சொல்லுங்கள். "நான் உன்னை நேசிக்கிறேன்" என்று சொல்லுங்கள். அந்த ஐந்து நிமிடங்கள் - அவர்களின் மூளையில் ஆயிரக்கணக்கான நரம்பு இணைப்புகளை உருவாக்கும். அந்த இணைப்புகளே அவர்களின் எதிர்காலம்.

இக்கட்டுரை பொது மக்களுக்கு, குறிப்பாக பெற்றோர்களுக்கு விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தும் நோக்கில் எழுதப்பட்டது. மருத்துவ ஆலோசனைக்கு உங்கள் அருகிலுள்ள சுகாதார மருத்துவ அதிகாரி அல்லது PHMஐத் தொடர்பு கொள்ளவும்.

Dr M.B.M. SILMY (MBBS)
MSc Community Medicine (Rd)
Medical Researcher in Public Health

குறுக்கெழுத்துப் போட்டி இல.29 இற்கான விடைகள்

1 ஒ	2 ரு	ங்	3 கி	4 ணை	ப்	5 பு	■
6 த்	ச	■	7 ளி	உ	■	8 ள்	9 ஆ
10 து	ம்	பி	■	11 து	தி	■	ல்
12 ழை	ம	■	■	று	■	13 ம	■
ப்	■	14 சி	15 ஆ	■	16 நி	னை	17 வு
18 பு	19 ன	ர	மை	ப்	பு	■	ர்
■	20 வ	டை	■	■	ண	■	ண
21 ட	ம்	ட்	ப	■	22 ர்	யி	உ

வெற்றியாளர்

1ஆம் இடம்

பா. மதுஷா
அன்னமலை-02

2ஆம் இடம்

M. I. சிஹ்றானுல் அஸ்கா
சாளம்பைக்கேணி-01

பாராட்டு பெறுவோர்

இ. ஆசோபனா
பிரதான வீதி, தம்பட்டை

D. கர்ஷா
பாண்டிருப்பு-02

குறுக்கெழுத்துப் போட்டி இல – 30

1	2	3		4	5	■	6
7			■	8			■
	■	9	10			■	11
	■	■	12		■	■	
13	14	15	■	16	17	18	
■	19		■	20			
21		■	22	■	23		■
24		■	25		■	26	

இடமிருந்து வலம்

01. தகுதிக்கு ஏற்ப இது சிலருக்கு கிடைப்பதில்லை.
06. பொழில் என்பதன் மறு சொல்.
07. தெற்காசியாவின் மிகப்பெரிய சிறைச்சாலை
08. இதுவும் ஐந்துதான் (திரும்பி).
09. துணிச்சல் என்று பொருள்படும்.
12. துணை என்றும் சொல்லலாம்.
13. காதல் போயின் இது என்பர் சிலர் (குழம்பி).
16. மரங்கள் நிறைந்த இடம்
19. எந்தப்பொருள் வாங்கினாலும் இது இருக்கும் (திரும்பி).
20. மலையைக் குறிக்கும்.
21. ஏங்குதல் என்றும் சொல்லலாம்.
23. கடினமான கனிமப் பொருள் (திரும்பி).
24. மறைப்பு என்றும் சொல்லலாம் (திரும்பி).
25. விற்பனை நிலையம்.
26. ஒத்துக் கொள்வது. (திரும்பி)

மேலிருந்து கீழ்

01. சடப்பொருள்கள் பற்றிய ஒரு கற்கை.
02. பொழுதுகளில் ஒன்று (தலைகீழ்).
03. இது தவறிவிடக்கூடாது என்பர்.
04. சிகிரியாவின் ராஜா (குழம்பி).
05. இடம் என்றும் சொல்லலாம்.
10. கழற்றுதல் என்று அர்த்தம் (தலைகீழ்).
11. இராசிகளில் ஒன்று (குழம்பி).
14. தவறாக ஏதும் நடந்தால் பலர் இப்படித்தான் சொல்லிக்கொள்வர்.
15. திறப்பதற்கு இதைத்தான் தேடுவர்.
17. வெப்பம் என்றும் சொல்லலாம் (குழம்பி).
18. கிராமிய நடனம் ஒன்று.
21. தளம் என்றும் சொல்லலாம்.
22. துன்பம் என்பதன் ஒத்த சொல். (தலைகீழ்)

இதில் காணப்படும் குறுக்கெழுத்துப் போட்டிக்கான உருவமைப்பின் கட்டங்களை வெற்றுத்தாளில் தயாரித்து சரியான விடைகளைப் பூர்த்தி செய்து அதனை புகைப்படம் எடுத்து 2026.07.15ஆம் திகதி பி.ப. 04.15 மணிக்கு முன் 0755424333 எனும் வட்சப் இலக்கத்துக்கு அனுப்பவும். அத்துடன் தங்களது பெயர் முகவரி தொலைபேசி இலக்கம் (மீள்நிரப்ப வேண்டிய தொலைபேசி இலக்கம்) என்பவற்றையும் அனுப்பவும்.

கிராம மக்களின் வாழ்வும் வளமும்

எஸ். செல்வசிகாமணி
ஓய்வுநிலை அதிபர், இறாணமடு

கடந்த மாத இதழின் தொடர்ச்சி...

வணக்கம் என் அபிமான வாசகர் உறவுகளே, “எமது கிராம மக்களின் வாழ்வும் வளமும்” தொடரில் இம்மாதம் 11ஆம் கிராமத்தின் கல்வி வளர்ச்சி தொடர்பான தகவல்களோடு அன்பர்களை சந்திப்பதில் மகிழ்ச்சியடைகின்றேன்.

11ஆம் கிராமமா? அது எங்கே இருக்கின்றது? என்று எண்ணுகின்றீர்களா? எமது நாவிதன்வெளிப் பிரதேசத்தின் வடமேற்கு எல்லையிலே அமைந்திருக்கின்ற பழம் குடியேற்றக் கிராமமே இதுவாகும். இக்கிராமத்தின் மேற்கு எல்லையாக உகண பிரதேச செயலகப்பிரிவும் வடக்கு எல்லையாக வெல்லாவெளிப் பிரதேச செயலகப் பிரிவும் அமைந்துள்ளன. இக்கிராமம் எமது நாவிதன்வெளிப் பிரதேச செயலகப் பிரிவிலுள்ள ஒரு முதன்மையான கிராமமாகும். இதற்குச் “சீர்பாதபுரம்” எனும் பெயரும் வழங்கப்படுகிறது. இவற்றோடு இக்கிராமத்திலுள்ள புகழ்பெற்ற பாடசாலையான கமு/ சது/ றாணமடு இந்துக் கல்லூரி எனும் பாடசாலை ஒன்று இருப்பதனால் இக்கிராமத்தை "றாணமடு" என்றும் அழைப்பதுண்டு. தற்போது மத்தியமுகாம்-03 இன் ஒரு பகுதி, மற்றும் மத்தியமுகாம் - 04, 05, 06 போன்ற கிராம உத்தியோகத்தர் பிரிவுகளை உள்ளடக்கியதான ஒரு பரந்த பெரிய கிராமம் இதுவாகும்.

சரி, இக்கிராம மக்களின் கல்வி வளர்ச்சி தொடர்பானதகவல்களைநோக்குமிடத்து இங்கு குடியமர்ந்தவர்களில் பெரும்பாலானோர் கல்வியறிவில் உள்ளவர்களாகவே காணப்பட்டுள்ளனர் இவர்களில் பெரும்பாலானோர் துறைநீலாவணையையும், மிகக்குறைந்த அளவினர் பெரிய நீலாவணையையும் தாயகமாகக் கொண்டவர்களாவர். இவர்களில் சிலர் அந்நியர் ஆட்சிக் காலத்தில் திருகோணமலையில் உள்ள “சீனன்வாடி” என்ற இடத்தில் வெள்ளைக்காரர்களோடு வேலை செய்தவர்களாவர். இதனால் இவர்களில் பலருக்கு தமிழோடு ஆங்கிலமும் சரளமாக வாசிக்கவும், பேசவும் கூடிய திறமை உள்ளவர்களாக இருந்துள்ளனர். அவ்வாறானவர்களில் திரு. க. சாமித்தம்பி இவரைக் “காரியதரிசி சாமித்தம்பி” என அழைப்பார்களாம். இவர் இக்கிராமத்தின் முதன்மையான ஒருவராகக் காணப்பட்டுள்ளார். பொதுப்பணிகள், எழுத்து வேலைகள், புத்தகங்களைப் பிரதி எடுத்தல் போன்று, பார்த்து எழுதிக் கொடுத்தல் போன்றவை இவரால் செய்யப்பட்டதாகக் கூறப்படுகிறது. இக்கிராமத்தில் வாழ்ந்த

திரு.பொ.சீனித்தம்பி அவர்களின் விச வைத்தியம் தொடர்பான 72 பாடல்களையும் இவரே எழுதிக் கொடுத்துள்ளார். இவரது எழுத்துக்கள் அச்சு எழுத்துக்கள் போன்றுள்ளன. இந்த மனிதரே அப்போது ஒரு பிரதியெடுக்கும் இயந்திரம் போன்று செயற்பட்டுள்ளார். இவரது பணிகளைப் பழையவர்கள் இன்றும் நினைவுபடுத்திக் கூறுவதுண்டு.

அவரது சில எழுத்தாக்கங்களை அன்பர்களுக்குத் தருகின்றேன். நீங்களும் பாருங்கள். இவரோடு திரு. கணபதிப்பிள்ளை, திரு.பொ.சீனித்தம்பி, திரு. கு. சீனித்தம்பி போன்றோர் முதன்முதலில் இக்கிராமத்தின் கல்விமான்களாகக் காணப்பட்டுள்ளனர். அதன் பின்னரே றாணமடு இந்துக்கல்லூரி எனும் பாடசாலையொன்று இங்கு 1952ஆம் ஆண்டு ஆரம்பிக்கப்பட்டது. அதன் பின்னர் இப்பாடசாலை மூலம் கல்வி எவ்வாறு வளர்ச்சியடைந்தது என்பதைப் பார்க்கலாம்.

தற்போதைய கமு/ சது/ றாணமடு இந்துக்கல்லூரி 1952ஆம் ஆண்டு குடியேற்றத்துடன் ஆரம்பிக்கப்பட்டது. அதன் ஆரம்பப் பெயர் "அரசினர் தமிழ்க் கலவன் பாடசாலை" என்பதாகும். அப்போது அதன் தபாலக முகவரி றாணமடு, மண்டூர் என்றே காணப்பட்டது. றாணடு என்பதும் மண்டூர் என்பதும் மட்டக்களப்பு மாவட்டத்தின் இருவேறு ஊர்களாகும். அக்காலகட்டத்தில் அந்த முகவரியோடுதான் இப்பாடசாலையின் தபாலக முகவரிகள் இடம் பெற்றன. அதன்பின்னர் 1975களின் பின்னரே இந்த முகவரி மத்தியமுகாம் எனும் பெயரில் எமது அம்பாறை மாவட்டத்தில் ஆரம்பிக்கப்பட்டது. அதன்படி மண்டூர் என்ற பெயருக்குப் பதிலாக மத்திய முகாம் எனும் முகவரி மாற்றம் பெற்றிருந்தாலும் றாணமடு எனும் பெயரை யாரும் மாற்ற விரும்பவில்லை. ஏனெனில் அப்பெயர் பழக்கப்பட்டுவிட்டதனால் அதனை அவ்வாறே விட்டுள்ளனர்.

இது முதலில் ஓர் ஆரம்பப் பாடசாலையாகவே ஆரம்பமானது. முதலாவது அதிபர் திரு.க.குமார் அவர்கள் என்றும் அதன் பின்னர் திரு. ச. குழந்தைவேல் அவர்கள், திரு.பூபாலபிள்ளை, திரு.சீனித்தம்பி, திரு.வீரசிங்கம் என பலர் அதிபர்களாக இருந்துள்ளனர். இவர்கள் அனைவரது காலத்திலும் இப்பாடசாலை ஆரம்பப் பாடசாலையாகவே இருந்துள்ளது. அதன்பின்னர் 1970ஆம் ஆண்டளவில் இப்பாடசாலைக்கு இக்கிராமத்தைச் சேர்ந்த ஒருவர் அதிபராக நியமிக்கப்பட்டிருந்தார். அன்றிலிருந்து இப்பாடசாலைக்கு மறுமலர்ச்சி ஆரம்பமாகியிருந்தது. அவர்தான் திருவாளர் உயர்திரு சம்புநாதன் தினகரப்பிள்ளை அவர்கள். இவர் சிறந்ததொரு கல்விமான் என்பதும் நல்ல ஆளுமைப்பண்பும் நிருவாகத்திறனும் கொண்ட ஒருவர் எனப் பல தரப்பினராலும் ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்ட நபராகவும் இவர் காணப்பட்டார். அதுமட்டுமன்றி, இவர் மட்/ சிவானந்த வித்தியாலயத்தில் கல்வி கற்றவர் என்பதும் சுவாமி விபுலானந்த அடிகளாரின் மாணவர் என்பதும் குறிப்பிடத்தக்கது.

திரு. ச. தினகரப்பிள்ளை அதிபரது காலத்தில் இப்பாடசாலை பல வளர்ச்சிகளைக் கண்டது. படிப்படியாக வகுப்புக்கள் உயர்த்தப்பட்டு க. பொ. த (சா. தரம்) வரை முதலில் தரம் உயர்த்தப்பட்டது. அக்கால கட்டத்தில் இப்பாடசாலை எமது நாவிதன்வெளிப் பாடசாலைகள் அனைத்திற்கும் கேந்திர நிலையமாகக் கொண்ட கொத்தணி மூலாதாரப் பாடசாலையாக தரம் உயர்த்தப்பட்டதோடு, அதற்கு மூலாதார அதிபராக திரு. ச. தினகரப்பிள்ளை அதிபர் அவர்களே பட்டதாரி என்ற உயர்தகைமையைக் கொண்டிருந்தவர் என்ற வகையில் நியமிக்கப்பட்டிருந்தார். அது தற்பேதைய கோட்டக்கல்வி அதிகாரி பதவிக்குச் சமமானது என்றே கூறலாம்.

கிராமத்தின் இளைஞர்கள், யுவதிகள் என்று அனேகமானோர் இவரது மாணவர்கள் என்பதாலும், இவர்மீது மக்களுக்கு இருந்த நம்பிக்கையாலும் பாடசாலையின் வளர்ச்சிக்கு அனைவரதும் ஒத்துழைப்புகளும் கிடைக்கப்பெற்றிருந்தன. கிராமத்தின் பாடசாலை அபிவிருத்திச் சங்கம், கிராம அபிவிருத்திச் சங்கம், விளையாட்டுக் கழகங்கள் எனப்பல அமைப்பினரையும் ஒன்றுதிரட்டி அரசியல் வாதிகள், அமைச்சர்கள், கல்வி அதிகாரிகள் எனப்பலரிடமும் சென்று பாடசாலையை உயர் தரத்திற்கு உயர்த்தும் பணியில் ஈடுபடுபட்டிருந்தனர். அதனடிப்படையில், 1983ஆம் ஆண்டளவில் க.பொ.த (உ.தரம்) கலைப்பிரிவு வரை தரம் உயர்த்தப் பட்டிருந்தது. அதுமாத்திரமின்றி, உரிய பாடசாலையான அ. த. க. பாடசாலையானது "றாணமடு தமிழ் வித்தியாலயம்" எனவும், பின்னர் றாணமடு இந்து மகா வித்தியாலயம் எனவும், பின்னர் 1C மகா வித்தியாலயம் எனும் தரத்தையும் அடைந்தது இக்கிராமத்திற்குக் கிடைத்த செல்வப்பேறு என்று கூறலாம்.

றாணமடு இந்துக் கல்லூரியின் கல்வி வளர்ச்சி தொடரும்...

பல்துறைக் கலைஞரான

முத்துலிங்கம் ஜெயசுந்தரம்

இயற்கை எழில் பொங்கும் நாவிதன்வெளி மத்தியமுகாம் - 06, 11ஆம் கிராமத்தில் வசிக்கும் பல்துறைக் கலைஞர் முத்துலிங்கம் ஜெயசுந்தரம் அவர்களை எமது “நாவெளி” மின்னிதழின் படலையைத்தேடி பக்கத்திற்காகச் சந்தித்தோம். இவரின் அனுபவத்தினை எமது வாசகர்களுக்காகப் பகிர்கின்றோம்.

இவர் 1969ஆம் ஆண்டு ஐப்பசி மாதம் 06ஆம் திகதி மத்தியமுகாம் -03, 11ஆம் கிராமத்தில் முத்துலிங்கம் - பார்வதி தம்பதியினருக்கு மகனாகப் பிறந்தார். இத் தம்பதியினருக்கு இறைவனது கிருபையால் ஆறு பிள்ளைகள் கிடைத்தனர். அதில் இவர் நான்காவது பிள்ளை என்பது குறிப்பிடத்தக்கது. கல்விப் பொதுத் தராதரப் பத்திர உயர்தரம் வரை கல்விகற்ற இவர் தனது கல்வியினை மத்தியமுகாம் -05 கமு/சது/ றாணமடு இந்துக் கல்லூரியில் கற்றார். ஆசிரியராக 24 வருடங்கள் பணியாற்றிய இவர் மட்டக்களப்பு ஆசிரியர் பயிற்சி கலாசாலையில் ஆசிரியருக்கான பயிற்சியினையும் பூர்த்தி செய்துள்ளார் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது. தற்போது மத்தியமுகாம் -05 கமு/ சது/ அகத்தியர் வித்தியாலயத்தில் அதிபராகக் கடமையாற்றி வருகின்ற இவர் 11ஆம் கிராமத்தில் அமைந்துள்ள சித்தி விநாயகர் அறநெறிப் பாடசாலையில் ஆசிரியராக கடந்த 35 வருடங்களாக மாணவர்களுக்கு அறம் சார்ந்த கல்வியினையும் போதித்து வருகின்றார்.

இவர் மத்தியமுகாம்-06, 11ஆம் கிராமத்தைச் சேர்ந்த கருணாகரன் ரஞ்சிதமலர் என்பவரை 1994ஆம் ஆண்டு தனது 24ஆவது வயதில் கரம்பிடித்தார். இத் தம்பதியினருக்கு 04 பிள்ளைகள் உள்ளனர். இத் தம்பதியினர் தமது நான்கு

பிள்ளைகளையும் கல்வியில் சிறந்து விளங்க வைத்துள்ளனர். முதலாவது பிள்ளை ஜெயசுந்தரம் சுதர்மன் விஞ்ஞானப் பட்டதாரியாவார். இவர் பொதுச் சுகாதாரப் பரிசோதகராகக் கடமையாற்றுகிறார். இரண்டாவது பிள்ளை ஜெயசுந்தரம் சதுர்சியா என்பவர் விஞ்ஞான தொழில்நுட்ப பட்டதாரியாக உள்ளார். மூன்றாவது மகன் ஜெயசுந்தரம் கேமலக்சன் உயர்தரத்தில் கலைப்பிரிவில் சித்தியடைந்துள்ளார். நான்காவது பிள்ளையான ஜெயசுந்தரம் நேமிகா தகவல் தொழில்நுட்ப பிரிவில் உயர்தரம் பயில்கின்றார்.

இவர் சிறுவயது முதல் கலைத்துறையில் ஈடுபாடு உள்ளவராகக் காணப்படுவதுடன் பேச்சுப் போட்டி, நாடகம், வில்லுப்பாட்டு, கவிதை, கட்டுரை, சிறுகதை, கூத்து மற்றும் பாடலாக்கம் போன்ற துறைகளில் சிறந்து விளங்கினார் என்பதும் குறிப்பிடத்தக்கது. 2004ஆம் ஆண்டிலிருந்து கலைத்துறைக்கு சேவையாற்றிவரும் இவர் தர்மாச்சாரியர் பட்டம் பெற்றுள்ளதுடன் தேசமானிய விருதையும் பெற்றுள்ளார். அத்துடன் பல இலக்கிய விருதுகள் மற்றும் கலாசார அதிகாரசபை விருதுகளையும் பெற்றுள்ளார் என்பது கவனிக்கத்தக்கது.

குறிப்பாக கலைத்துறையில் அவரின் செயற்பாடுகளின் போது அவர் எதிர்கொண்ட சவால்கள் பற்றி அவரிடம் வினவியபோது கலைத்துறைக்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்கக்கூடிய சமூக மட்ட அமைப்பு பலமின்மை மற்றும் சமூக ஊடகங்களின் ஆக்கிரமிப்பால் கலைத்துறைக்கான முக்கியத்துவம் குறைந்து காணப்படுவதைக் கவலையுடன் குறிப்பிட்டார்.

இவருடைய காலத்திற்குப் பிறகு இத்துறை வளர்ச்சிபெற முன்னெடுக்க வேண்டிய நடவடிக்கைகள் பற்றி முத்துலிங்கம் ஜெயசுந்தரம் அவர்கள் குறிப்பிடுகையில், அறநெறிப் பாடசாலைகள் எமது சமூகத்திற்கு கிடைத்த மிகப்பெரிய வரம், அதனைச் சரியாகப் பயன்படுத்த வேண்டும். குறிப்பாக அறநெறிப் பாடசாலை மாணவர்களைக் கொண்டு கலைத்துறையில் மறுமலர்ச்சியினை ஏற்படுத்துவதற்கான முன்னெடுப்புகளை செயற்படுத்த வேண்டும் எனக் குறிப்பிட்டார்.

மிக நீண்ட காலம் கலைத்துறையில் பயணித்த இவர் நிறைய மாணவர்களை உருவாக்கியிருக்கின்றார் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது. அவர்கள் பாடசாலைகளிலும் வெளியிலும் சிறப்பாகச் செயற்பட்டு வருகின்றனர் என்பது சிறப்பான அம்சமாகும்.

குறிப்பு: கல்லோயா குடியேற்றத் திட்டத்தில் குடியேற்றப்பட்டு வறுமையும் வலியும் கடந்து கல்வி கற்ற காலத்தில் ஆசிரியர் பற்றாக்குறையினால் என்னைப்போன்ற பலருக்கு ஆங்கிலக்கல்வி கிடைக்காமல்போனது, பலர் இடைவிலகலுக்கு உள்ளானார்கள். யுத்தம் பல வருடங்கள் நீடித்ததால் உயர்கல்வியைச் சீராகத் தொடர வாய்ப்புக் கிடைக்கவில்லை. இவ்வாறான சூழ்நிலைகள் எமது பிரதேசத்தில் கல்வி, கலைத்துறையின் வளர்ச்சி பின்னடைவில் இருப்பதற்கான காரணங்களாக அமைந்துள்ளன என்பதைக் கூறி விடைபெற்றார்.

க. நீலேந்திரன்
எம். எச் பௌசுல் ஹிபானா
ஏ. ஏ .ஏ .அசிம்

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.

DIGITAL UNIT, DS.NV