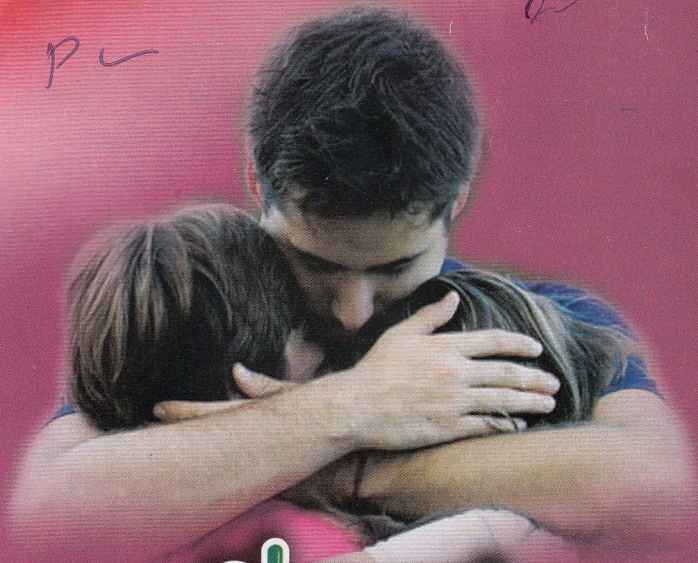


# நான்

உளவியல் சஞ்சிகை

"Naan" Tamil Psychological Magazine



## ஆதரவு

மலர் 39

தை - மாங்குனி

2014





# “நான்”

உளவியல் சஞ்சிகை

மலர் : 39

இதழ் : தை - பங்குனி, 2014

தனிப்பிரதி விலை 50/-



### ஆசிரியர்:

அ. அமலதாஸ் O.M.I., M.A

### நிர்வாகம்:

லெ. ஆ. ஜெரோம் O.M.I

### ஒருங்கிணைப்பாளர்கள்:

அருட்சுகோதரர்கள்

சியான்ஸ்ரன் ஜெனில் O.M.I

மேரியல் குரூஸ் O.M.I

### நிர்வாகக்குழு:

அமதி இறையியல் சுகோதரர்கள்

யோசப் பாலா

### ஆலோசனைக்குழு:

டேமியன் O.M.I., M.A

செல்வரட்சணம் O.M.I., D.Psy

பேராசிரியர் சண்முகலிங்கன் Ph.D

நீனா H.C Dip. in Counseling

ஜீவனதாஸ் O.M.I., B.A. (Hons) Dip.in.Ed

ஸ்ரீலின் B.Th (Rome), M.Sc (Manila)

ஜீவாபோல் O.M.I., M.Ph.

### உள்ளே

பக்கம்

▶ ஆதாவுத் தன்மை... 02

▶ ஆதாவுக் கரங்களை... 07

▶ குடும்பச் சூழலும்... 10

▶ முதியவர்களது... 12

▶ நிறைவாழ்வை நோக்கி 15

▶ அன்பாய் ஆதரவாய்... 17

▶ இளையோருக்கான .. 20

▶ அவசியமாகும் ஆதரவு 22

▶ ஆதரவு உள சமூக.. 25

▶ ஆதரவின் வெற்றி 30

▶ ஆதார விழுதுகளாய் 32

▶ சமூக மேம்பாட்டு... 34

▶ நூல் அறிமுகம் 37

▶ ஆதரவுதான் எங்கே? 38

▶ ஆதரவு பற்றிய வாசக.. 39



வாசகர்களே! உங்கள் உளவியல் சிந்தனையில் விரியும் இந்த இதழின் அட்டைப்பட விளக்கத்தை உங்கள் பேனா முனையில் மிகச் சுருக்கமாக எழுதி அனுப்புங்கள். பாராட்டைப்பெறுவது அருத்த இதழினில் பிரசுரமாகும் - நன்றி

### “NANN”

Tamil Psychological Magazine  
“Vasanthaham”, Swamiyar Road,  
Colombuthurai, Jaffna.  
Sri Lanka  
Tel. 021- 222 - 5359  
Email: naanscholasticate@gmail.com

### “நான்”

தமிழ் உளவியல் சஞ்சிகை  
“வசந்தகம்”, சுவாமியார் வீதி,  
கொழும்புத்தறை,  
யாழ்ப்பாணம், இலங்கை.  
தொ. பேசி. 021 - 222 - 5359  
மின் அஞ்சல்:  
naanscholasticate@gmail.com



## என் இனிய வாசக நேயர்களே!

உங்கள் அனைவரையும் “ஆதரவு” என்னும் இதழ் ஊடாக சந்திப்பதைமிட்டு மகிழ்ச்சியடைகின்றேன். இவ்வு நம்மைச்சூழ நடைபெற்றுக்கொண்டிருக்கும் ஒவ்வொரு நிகழ்வுகளும் “சமூக நலன்” பற்றிய சிந்தனைகளையும், விழிப்புணர்வையும் வரலாற்றில் என்றமில்லாதவாறு ஏற்படுத்தியிருக்கின்றது. எந்தவொரு சமூகத்தின் நலனுக்கும் உசாத்துகையாக இருப்பது சமூக ஆதரவிற்கான கொள்கைகளும் அணுகுமுறைகளும் ஆகும். சமூக சேவைகள், சமூக நிகழ்வுகள், சமய நிகழ்வுகள், நபுறவு என்பன ஒரு மனிதன், சமூகம் மகிழ்ச்சியாக வாழ்வதற்கு அவசியமாகின்றன. இச்சமூகமவகளைல் உருவாகும் இணையிலிருந்து விடுபட்டு, தூரம் போகப்போக, தனிமையும், மன உளைச்சலும் எம்மோடு இருக்கும். நீண்ட காலப்போக்கில் உள நோய்களுக்கு நாம் உட்படவும் வாய்ப்புண்டு.

நமது வாழ்க்கையில் ஒரு சில ஆதரவு - அனுபவங்களை எம்மால் அளவிட முடியும். ஒரு சிலவற்றை எம்மால் அளவிட முடியாது. சமூகத்தின் இணையிடுக்களிலிருந்து விடுபட்டோர் மீண்டும் இணைந்துகொள்வதற்கு சமூக மேம்பாட்டு நிகழ்ச்சித்திட்டங்கள் உதவிசெய்கின்றன. பலவேதனைகளில், இந்நிகழ்ச்சித்திட்டங்களின் விளைவுகளை நாம் அளவிட்டுக் கூற முடியாது. இன்று நம் சமூகத்தில் பல்வேறுபட்ட நோய்களினால், முதுமையினால், அனர்த்தங்களினால், வனிமுறைகளினால், தனிமையினால், வறுமையினால் துன்புற்று வாழ்பவர்களுக்கு சமூக நிகழ்ச்சித்திட்ட செயற்பாட்டுத் தேவையை அறிந்துகொள்ள, அவ்வுதவியை பெரிதாக எண்ணிப் பார்க்க, துணைக்கருவியாகத் திகழ்வது சமூக ஆதரவே.

உணர்வு ரீதியான ஆதரவு, நெருக்கமான சமூக ஈடுபாட்டுணர்விற்கு வலுச் சேர்ப்பதாகும். உணர்வு ரீதியான ஆதரவானது அனைத்துக்கும் மேலாக, தனிமையை விரட்டுவதையும் தனித்து வாழ்வோரை சமூக வாழ்வின் செயற்படும் அலகு நிலைகளில் இணைத்துக்கொள்வதையும் மையமாகக் கொண்டது. சமூக ஆதரவு அணுகுமுறைகள் அனைத்தினதும் இலக்க மனிதனை மனிதனோடும், சமூகத்தோடும் ஒன்றிக்கச் செய்தலே ஆகும். ஆதரவற்றவர்களை தகுந்த நிகழ்ச்சித் திட்டத்தோடு இணையது மட்டும் போதாது. மாறாக தனிநபரை, குழுக்களை ஆதரவளிக்கும் நிகழ்வுகளோடும், துறைசார் நிபுணர்களோடும் (உடல், உள, சமூக ஆற்றியுட்கீதல்) தொடர்ச்சியான அனுபவப் பரிமாற்றத்திற்கு இட்டுச்செல்ல வேண்டியது நம் எல்லோரது கடமையாகும். சமூக ஆதரவு துறைசார் உதவிகளுக்கு ஈடாக முடியாது.

சமூக ஆதரவு அன்பு, ஏற்றுக்கொள்ளலை அடையுமையாகக் கொண்டது. இரண்டு நிலைகளிலும் ஈடுபடும் நல்ல உள்ளங்களை பாராட்டுவதோடு, மென்மேலும் உங்கள் ஆதரவுக் கரங்கள் நம் சமூகத்தின் நேர்மறையான மாற்றத்திற்கும், முழு மனித நலனுக்கும் துணை செய்ய வாழ்த்துக்கள்!

அன்புடன்  
அ. அமலதாஸ் அமதி



## ஆதரவுத் தன்மையின் முக்கியத்துவம்

திரு. பி. இக்னேசியஸ் கிரானி  
உளவளத்துணை ஆசிரியர்

மனிதன் ஒரு தனித் தீவல்ல. அவன் ஒரு சமூகப் பிராணி என்கின்றார் அரிஸ்டோட்டில் என்கின்ற தத்துவஞானி. இந்தக் கூற்று மனிதன் மற்றவர்களின் ஆதரவோடும், மற்றவர்களுக்கு ஆதரவாயும் இருக்கவேண்டிய கடப்பாடுடையவன் என்பதை உறுதியாய் கூறி நிற்கின்றது.

சமகால யதார்த்தத்தில் மனிதத்துக்கும் மனிதனுக்குமிடையிலான இடைவெளி என்பது வரையறையற்ற வகையில் நீண்டுகொண்டு செல்வதைக் காணமுடிகின்றது. இதனை இன்னொரு வகையிற் கூறினால் ஒரு மனிதன் - பிறிதொரு மனிதனுக்கு வழங்குகின்ற ஆதரவு (support) குறைந்து வருகின்றது என்று கூறிக் கொள்ளலாம். எனவே இப்பகுதியில் ஆதரவு வழங்குதல் குறைந்து செல்வதற்கான காரணங்களையும், அவற்றிற்கான அடிப்படைக் காரணிகளையும் அடையாளப்படுத்துவதனுடாக இதற்கான முக்கியத்துவத்தை அறிந்துகொள்ளலாம்.



ஆதரவு என்பது பலதரப்பட்ட பின்னணிகளை உள்ளடக்கியதாயினும் இங்கு உளவியற்பின்னணி குறித்தே பெரிதும் பேசப்படுகின்றது. அந்தவகையில் ஒரு மனிதனின் வளர்ச்சி - விருத்தி படிநிலைகளின் பல்வேறு கட்டங்களிலும் அவனைத் திசை முகப்படுத்துகின்ற செயற்பாட்டை வழங்குவது ஆதரவு எனப்பொதுவாகக் கொள்ளலாம். மேலும்,

ஒருவன் தன்னையறிந்து கொள்ளவும், தன்னை ஒழுங்குபடுத்தவும், மற்றவர்களை அறியவும், பிறருக்குத் தன்னாலானவற்றைச் செய்யவும், உடல், உளரீதியாக வழங்குகின்ற முழுமையான ஒரு வெளிப்பாடு எனக் கொள்ளலாம்.

தாயின் உதிரத்தில் கருக்கொண்டது முதலாய். ஒருவன் இறந்து அடக்கம் செய்யப்படும்வரை பலருடைய ஆதரவினுடாகவே அவன் தனது



வாழ்வை அர்த்தப்படுத்திக் கொள்கின்றான். அவர்களில் பெற்றோர்களாக, அயலவர்களாக, உறவினர்களாக, சகோதரர்களாக, ஆசிரியர்களாக, நண்பர்களாக, மருத்துவர்களாக..... இப்படிப் பல நிலைகளிலுள்ளவர்கள் அடங்குகின்றனர். அதேவேளை இன்றைய சமகாலப் போக்கு, ஆதரவுத் தன்மை பல இடங்களில் குறைந்தும், அறவேயில்லாது காணப்படும் நிலையும், சில இடங்களில் கூடியும், மிகையான அதிகரித்த தன்மையும் கொண்டு காணப்படுவது நோக்கத்தக்கது. ஏனெனில்,

01. தனிக் குடும்பங்களின் அதிகரித்த தன்மை.
02. பொருளாதாரத்தை முதன்மைப்படுத்திய சமுதாய வளர்ச்சி.
03. எப்படியும் வாழ்ந்து விடலாம் என்ற மனப்பாங்கு.
04. கடந்தகாலப் பகுதிகளினால் ஏற்பட்ட பிறர்மட்டிலான குறைவான மதிப்பீடு.
05. பொறுப்பு வாய்ந்த தலைமைகள் காட்டுகின்ற அசமந்த போக்கு.  
(ஆட்சிநிலை அதிகாரிகள், கல்விப்புலம் சார்ந்தோர், வைத்தியத்துறையினர்)
06. வளர்ந்துவருகின்ற அறிவியல் வீச்சிற்குள் உட்பட்டு எதையும் தனித்து செய்துவிடலாம் என்ற போக்கு.
07. ஆளிடாத தொடர்பு மட்டிலான மிகக் குறைந்த மதிப்பீடு.
08. தொடர்புசாதனங்களுக்கான முக்கியத்துவத்தை அதிகரித்தல்.
09. ஆதிக்கப் போக்கிலான குடும்ப - சமூக வளர்ச்சிப் போக்கு.  
(பெற்றோர் - பிள்ளைகளையும், வலியோர்கள்- மெலியோரையும்)
10. தமது இயலாமைகளை மற்றவர்களிடம் திணித்தல்.  
(ஆசிரியர் - மாணவர், பெற்றோர் - பிள்ளை, கணவன் - மனைவி)
11. மற்றவர்களின் சுதந்திரத்தில் எல்லையற்ற தலையீடு. (அதிபர் - ஆசிரியர், ஆசிரியர் மாணவர், பாதுகாவலர் - பாதுகாக்கப்படுவோர்)

இவ்வாறு ஆதரவு குறைந்து செல்கின்ற போக்கினையும் (1 - 9) ஆதரவின் அத்துமீறிய தன்மையினையும் (10 - 11) காண முடிகின்றது. இவற்றுக்கான களநிலைமைகளின் அடிப்படைக் காரணங்களாகப் பின்வருவனவற்றைச் சொல்லலாம்.

01. யுத்த அழிவிலிருந்து விடுபட்ட, அதன் பாதிப்புக்களாகச் சமக்கின்ற வாழ்க்கை.
02. மீண்டும் கட்டியெழுப்பப்படவேண்டும் என்ற வேட்கை
03. திறந்த பணப்பரிமாற்றக் கொள்கைகளின் அதிகரிப்பு (Leasing, Loan)
04. மீளவும் சொந்த இடத்திற்குத் திரும்ப முடியாமை.
05. அரசியல் ரீதியாகக் கிடைத்த திடீர் மாற்றங்கள், தோல்விகள்.
06. வேண்டாத திருமணங்கள் (உயிரைப் பாதுகாக்கத் திருமணம்)
07. அதிகரித்துப்போன விவாகரத்துக்கள்.
08. அறையில் பேசப்படவேண்டிய விடயங்கள் அம்பலப்படுத்தப்படல்.  
(தொடர்களாகத் தொலைக்காட்சிகளில் ஒளிபரப்பப்படும் குடும்ப விவகாரங்கள்)
09. தொடர் இடப்பெயர்வுகளால் கிடைத்த கசப்பான அனுபவங்கள்.
10. கலாச்சார விழுமியங்களை ஏற்றுக்கொள்வதில் பின்னடைவு.
11. அதிகரித்த பணப்புழக்கமும் - பட்டினியும்.
12. குழு வன்முறைகள்.
13. மனித வார்த்தைகளின் பெறுமதிகள்குறைந்து போதல்.
14. களவு, கொலை, குழு மோதல்களின் அதிகரித்த தன்மை.
15. பொறுப்புக்களை தட்டிக்கழித்தல்.

இவ்வாறான அடிப்படைக் காரணிகள் ஆதரவுத் தன்மையின் முக்கியத்துவத்தைக் குறைத்திருக்கிறது. குறிப்பாக தேவையில் உதவுதல் என்பது சில இடங்களில் விளம்பரத்தை மட்டும் மையப்படுத்தியதாக அமைந்திருப்பது கவனிக்கத்தக்கது.

அந்தவகையில் மனிதனின் வளர்ச்சியிலும், விருத்தியிலும் ஆதரவு தவிர்க்க முடியாதது. எனவே மனிதன் ஆதரவை வழங்குபனவாகவும், பிறரின் ஆதரவைப் பெறுபவனாகவும் வாழ முற்படுகின்றபோதுதான் அவனது வாழ்வு முழுமை பெறும்.

கருவுற்ற தாய்க்கு கணவனது, உறவினரது போதுமான ஆதரவு இல்லையெனில் அந்தக் குழந்தையை இந்த சமூகத்திற்குப் பொருத்தப்பாடாய்க்



கொடுப்பது கடினமாகும். ஏனெனில் தாயின் உணர் வெப்பநிலைகள் கருவின் வளர்ச்சியில் தாக்கம் செலுத்துகின்றது. எனவே சமூகப் பொருத்தப்பாடான குழந்தையைப் பெற்றெடுக்க கருவுற்ற தாயார் ஏனையோரின் ஆதரவைப் பெறவேண்டிய அதேவேளை ஏனையவர்களுக்கும் முழுமையாக அதனை வழங்க முன்வரவேண்டும்.



பிறந்த குழந்தைக்கு கிட்டத்தட்ட ஐந்து வயது வரையில் வீடே உலகமாகவும், அதில் பெற்றோரும் உடன்பிறப்புக்களும் உறவினரும் மாதிரிகைகளாகவும் (Models) அமைந்துவிடுகின்றது. அவர்களிடமிருந்து பெற்றுக்கொள்ளப்படுகின்ற ஆதரவுத்தன்மையின் அடிப்படையிலேயே அக் குழந்தையின் குழந்தைப் பருவ விருத்தி இடம்பெறுகின்றது. குறிப்பாக அதிகம் கண்டிப்பான பெற்றோரிடம் வளருகின்ற பிள்ளை ஒதுங்கும் மனநிலையையும், அளவிற்கதிகமான வாய்ப்புக்களும் வசதிகளும் வழங்கப்படுகின்ற பிள்ளை பிடிவாத மனநிலையையும் கற்றுக் கொள்ள அதிக வாய்ப்புள்ளது.

இன்னும் முக்கியமாக பாடசாலையில் பிரவேசிக்கின்ற பிள்ளைக்கு ஆதரவு தருபவர்களில் முதன்மை இடத்தைப் பெறுபவர்கள் ஆசிரியர்களே. பிள்ளை எந்த வகுப்பில் கல்வி கற்றாலும் குறித்த பாடத்தில் வீழ்ச்சியை எதிர்கொள்வதற்கு முதற் காரணி ஆசிரியர் என்றால் அது மிகையாகாது. இன்றைய யதார்த்தம் சில பிள்ளைகளின் எழிற்சிக்கு ஆசிரியர்கள் பல சேர்த்துள்ளதைக் காண முடிகின்ற அதேவேளை, பல பிள்ளைகளின் வீழ்ச்சிக்கும் அவர்களே வழிகோலுவதைக் காண முடிகின்றது. எடுத்துக்காட்டாக

- O1. தரம் O1 மாணவன் வீட்டில் பாடங்களைச் சரியாகச் செய்கின்ற போதும் வகுப்பில் சரியாகத் துலங்குவதில்லை.
- O2. தரம் - O6ல் கல்விகற்கின்ற மாணவனுக்கு தமிழ் எழுத்துக்களை உச்சரிக்க முடியாத நிலை காணப்படுதல்.

அந்த வகையில் ஒருவன் கல்வியில் முழுமை பெற பொருத்தமான ஆதரவு ஆசிரியரிடமிருந்து, பெற்றோரிடமிருந்து கிடைப்பது இன்றியமையாதது.

இவ்வாறு மனிதன் அடுத்தடுத்த கட்டங்களில் வாழ்க்கையை முழுமைப்படுத்த பொருத்தமான ஆதரவு பொருத்தமானவர்களினால் வழங்கப்படுவது இன்றியமையாதது. குறிப்பாக தொழில் வாய்ப்பைப் பெறுகின்ற காலத்தில் பொருத்தமான தொழிலுக்கும், தொழில் நிலையின் அதிகாரிகளினதும், சக பணியாளர்களினதும் ஆதரவின் மூலமாகவே அவன் தனது ஆற்றல் திறமைகளைப் பயன்படுத்தி முழுமையாகப் பணியாற்ற முடியும்.

இதைவிட துணை தேடும் காலத்தில் இது மிக முக்கியமானதாகும். கணவனுக்கும்சரிமனைவிக்கும்சரி சமகாலத்தில் ஒவ்வொருவருக்கும் அவரது துணையிடமிருந்து கிடைக்கின்ற ஆதரவுத் தன்மையின் அடிப்படையிலேயே இயல்பான வாழ்க்கை நடாத்த முடியும். தத்தமது துறை சார்ந்து சாதிக்க முடிகிறது.

மேலும் முதுமையை எதிர்நோக்குகின்ற காலத்திலும் ஆதரவின் செல்வாக்கு முதன்மை பெறுகின்றது. இன்றைய .... யதார்த்தம் தனிக் குடும்பங்களை அதிகம் பிரசவித்திருந்தாலும், பல இடங்களில் முதுமையெய்தியோர் முதியோர் இல்லங்களில் தஞ்சமடைந்தாலும், சில இடங்களில் அவர்கள் அவர்களின் வாழ்க்கைத் துணையினாலும், பிள்ளைகளினாலும், பேர்பிள்ளைகளினாலும் முறையாகப் பராமரிக்கப்படுவதைக் காண முடிகிறது.

எனவே மனித வாழ்வியலை முழுமைப்படுத்த மனிதனுக்குப் பொருத்தமான வழிநடத்தலும், பொருத்தமானவர்களின் ஆதரவும் இன்றியமையாதது. அந்த வகையில் நான் முழுமை பெற நாம் முழுமை பெற ஆதரவைப் பெற்று அதை வழங்குகின்றவர்களாக வாழ்வதற்கு முனைப்புக் கொள்வோம்.

“மகிழ்வுடன் வாழவேண்டும் என்பதில் உள்ள ஆர்வத்தை, பிறர் மகிழ்வில் காண உழைக்கும்போது, உன் உள்ளம் பெறும் ஆனந்த மகிழ்வுக்கு நிகர் ஏதுமில்லை” - பாலயோகி -

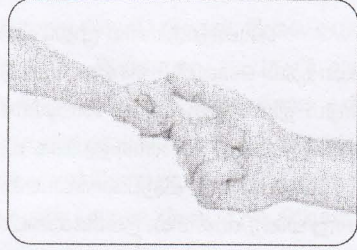


## ஆதரவுக் கரங்களை பற்றிக் கொண்டவரா நீங்கள்?

யோசப்பாலா  
உளசமூக சீராளன்.

இதயம் சோர்வு அடையும்போது, நண்பகல் ஒளியும் இருளாகிவிடும், இன்னிசையும், பேதமுற்ற முரண்பாடாக தோன்றும் என்பார் - எட்வேட் யாங் என்ற அறிஞன்.

மனச்சோர்வு பல வழிகளில் வரச் சந்நதர்ப்பங்கள் உண்டு. எப்போதும் மகிழ்ச்சியாய் இருப்பது என்பது எதையும் உணர முடியாதவர்களுக்கே வரும் நிலையாகும். இவர்களை சாதாரண மனிதராக கணிக்க முடியாது. இழப்புக்கள், துயர்கள், பிரிவுகள், ஏமாற்றங்கள், நம்பிக்கை



இழக்கும்போது பல உணர்வுகளை அனுபவிக்கின்றோம். அவற்றை உங்கள் வாழ்வில் ஏதோ ஓர் தருணத்தில் அனுபவித்திருந்தால் அந்த உணர்வுகளை தாங்குதிறன் எப்படி என்பதனை மீட்டுப்பாருங்கள். எமக்கு ஆதரவாக இருந்த மனிதர்கள் எதிர்பாராது கிடைத்த உதவிகள் எம்மை தேற்றி இருக்கும். இது போலவே உங்கள் ஆதரவு பலருக்கு ஆறுதல் தந்திருக்கும். அந்த அனுபவங்களே மனித உறவுக்கு முக்கியமானது. எல்லாம் இருந்தும் என்ன பயன்? என்ற நிலையில் மனம் சோர்வுற்றால் ஒளிகூட இருளாக, இசைகூட அவல ஒலியாக வெறுமை வாட்டி விரக்தியுறும் நிலையில் எமக்கு ஆறுதலாக ஆதரவாக அருகிருப்போர், எமது நிலை அறிந்து எம் உணர்வுக்கு மதிப்பழிக்கும் போது அதுவே எமது வாழ்வின் மறக்க முடியாத மாற்றத்துக்கு காரணமாகலாம்.

நோயாளரை தரிசிக்க செல்கிறோம், மரண வீட்டில் போய் அருகிருக்கிறோம். அதிகம் பேசாது வீட்டிலும் உடனிருப்பு எமனமாகியபோதும் நம்பிக்கையான உறவுகள் தரிசுப்புக்கள் நம்மோடு இருக்கும் என்ற ஆதரவு உணர்வும் மனபலத்தை ஏற்படுத்துவதை உணர்ந்திருப்பீர்கள் அல்லவா?

இதனை பிறருக்கு ஏற்படுத்த முனையும்போது அந்த ஒவ்வொருகணமும் நீங்களும் ஓர் ஆற்றுப்படுத்துனரே இவை மனித உறவுக்கு உள்ள பெறுமதியை இரட்டிப்பாக்கும் இந்த ஆதரவு நிலை, பெறுமதி இட முடியாததே. என் கணவர், என் மனைவி, என் பிள்ளை, என் உறவு, எமது வயதான பெரியோர் எந்த நிலையில் முடங்கிக்கிடந்தாலும் அந்த இருப்பு இருக்கும் குடும்பத்திற்கு பெறுமதி மிக்கது என்பதை அவர்கள் இல்லாதபோது உணரமுடியும். சில சமயம் பாதுகாப்புக்காக அவர்கள் அருகிருப்பது மனபலம் தரும். அவர்கள் பலசாலி இல்லாது இருக்கலாம். எம்மோடு இருக்கிறார் என்பதே பலம்தான். சிலசமயம் சிறுவர்களை பாதுகாப்பாக்க அக்காவுடன், அண்ணியுடன் நில் என விட்டுச் செல்வது கூட நம்பிக்கையுடனும் ஆதரவு செயல்களாக காணலாம்.

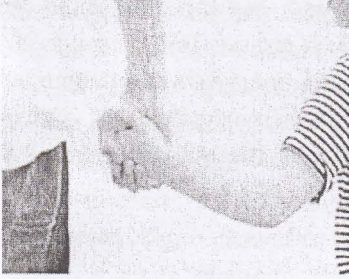
வெளிநாடுகளில் முதியோர் தனிமையில் வாட, பிள்ளைகள் தொழில் நிமிர்த்தம் வெளியே செல்ல நேரிடும் போது உளவளத் துணையாளர்களை நாடும் நிலையில் முதிய பாட்டியாக படுக்கையில் இருப்போருக்கு ஆதரவாக அருகிருப்பதை உணர்வதற்காக உதவியாளர்களை நாடுகிறார்கள். அவர்கள் எதுவும் செய்யாது இருப்பார்கள். என்னோடு ஒருவர் ஆதரவாக அருகிருக்கிறார் என்ற மனநிலையில், நம்பிக்கையில் வாழ்வோர் பலராக உள்ளது. சிறுவர்கள் தனிமையை வெறுப்பவர்கள். அருகில் அம்மா, சகோதரர் இருந்தால் போதும் அவர்கள் தாமாக செயல்படுவார்கள் இதுவே ஆதரவு (support) என்பதன் நிலையாகிறது.

இவை மிருகங்களிலும் பறவைகளிலும் காண முடியும். மனிதனின் பிறப்பு முதல் அருகிருப்பு ஆதரவு சிறுவர்களுக்கு இல்லாமல் தனியாக வாழ்வது என்பது மனித வாழ்வில் நடைமுறை சாத்தியமற்றது.

சில உயிரினங்களுக்கு அவை சாத்தியமாகலாம், உதாரணம் ஆமை முட்டைகள் இட்டு விதைத்து விட்ட போதும் முட்டையில் இருந்து வெளிப்படும் குஞ்சுகள் தானாக கடலை நாடும். யாரும் நீந்த கற்றுக் கொடுக்கவில்லை, தன் உணவை தானே தெரிந்து தேடிக்கொள்கிறது. இது போல தேனீக்களும் தானாக தமது இனத்தின் செயல்களை செயல்படுத்துகிறது. இது போல மனிதர்களால் முடிவதில்லை. ஆதரவு என்பது பிறப்பில் இருந்தே மனிதனின் வளர்ப்பு ஆதரவுக்கு அடிமையானது இவை இயற்கை நியதியுமானது.



ஆதரவு என்பது சலுகைகள் அல்ல, சலுகைகள் என்றால் பின் சலுகைகள் எல்லாம் நிவாரணமாகிவிடும். மனித உறவின் தூய்மை காப்பது சுயநலமாகிவிடும். எதை பிறரிடம் எதிர்பார்க்கிறோமோ அதை எதையும் எதிர்பாராமலே செய்யும் செயலே ஆதரவு எனலாம். இதை தருகிறேன் அதை தருவாயா என்பது பேரப் பேச்சின் சுயநலம், சுரண்டல் வியாபாரமே என்பதனை உணர்வோருக்கு ஆதரவும் அன்புறவாடலும் சுயநலமற்ற வெளிப்பாடுகளே.



கணவன், மனைவி உறவிலும், பிள்ளைகள் பெற்றோர் உறவிலும் சுயநலமற்ற ஆதரவும், சுதந்திரமான அன்புறவும் நல்ல குடும்பத்தை வெளிப்படுத்தும். இவை குடும்ப உறவுகள் இல்லாத நட்புகளிடமும், நண்பர்களிடம் மிக சிறப்பாக காணப்படும் சந்தர்ப்பங்களும் உண்டு. பல்வேறுபட்ட

ஆதரவு கரங்களாலே பலரது வாழ்வின் முன்னேற்றங்கள் உயர்நிலை அடைந்ததை உணர்வோர் நன்றித் தன பண்பு உடையோரே ஆசிரியர்கள், வழிகாட்டிகள் தம் கடமைகளை தாண்டி ஆதரவினை ஊக்கப்படுத்தல் அன்பளிப்புக்கள் செலுத்தி பலர் உயர்வுக்கு காரணமாக இருந்து மகிழ்வார். அந்த உன்னதமான ஒவ்வொருவரது முன்னேற்றத்தின் பின் உள்ள தட்டிக்கொடுத்தல் பண்பின் வெளிப்பாடுகளை சிறப்பாக்கும்.

“மற்றவன் துன்பத்தை கண்டால் நானும் மனவேதனை கொள்ளமுடியாமல் மீழ முடியுமோ” என்பார் வில்லியம் பிளேக் எனும் அறிஞர். இதனையே தன் நண்பர்களுக்காக தம்மை தியாகம் செய்யும் ஆதரவு கரங்கள் பல வடிவங்களில் பல சந்தர்ப்பங்களில் நாம் காணும்போது மனிதத்துவம் மகிழும் சிறப்புக்களால் ஆதரவுக்கு அர்த்தமூட்டுகிறது. அந்த ஆதரவு நிலைகளை பற்றிக் கொண்டு எம்மால் பிறர் மகிழ்வுக்கு வழிசமைக்கும் சந்தர்ப்பங்கள் ஒவ்வொன்றும் மனித மாண்பை வெளிப்படுத்தும் சந்தர்ப்பங்களாகும்.

“வாலைக் குழைத்து வரும் நாய்தான் - அது மனிதருக்கு தோழனடி பாப்பா” - பாரதியார் -

## குடும்பச் சூழலும் ஆதரவும்

திருமதி சசி சுயாத்தா  
CPR, யாழ்ப்பாணம்.

“நல்லதொரு குடும்பம் பல்கலைக்கழகம்” என்பது வழமையான எமது வார்த்தைப் பிரயோகம் அல்லது குடும்பச் சூழல் ஆகின்றது. குடும்பம் ஒரு முறைமை அந்த முறைமையில் எப்படியும் ஒருவர் மற்றொருவர் மீது செல்வாக்குச் செலுத்துகின்றார். அது நாம் ஏற்றுக்கொண்டாலும் சரி ஏற்றுக்கொள்ளாவிட்டாலும் சரி. சாதாரணமாக நடைபெறுகின்ற ஓர் விடயம். ஒரு சமூகப்பிராணியான மனிதன் சமூகத்திலும் குடும்பத்திலும் செல்வாக்குச் செலுத்தும் நிலை காணப்படுகின்றது.

இத்தகைய குடும்ப முறைமையினால் ஒரு குடும்பத்தில் ஒருவர் எப்படி மற்றொருவருடன் தொடர்பு வைத்திருக்கின்றார் என்பது பற்றி பார்ப்போமானால் அவை பல வடிவங்களில் பரணமித்து காணப்படுகின்றது. வாழ்வை முழுமையாக அனுபவிக்க வேண்டும் என்ற நோக்கில் “பணம்” என்ற

பித்து பிடித்து அவைவதோடு அங்கே சர்வதிகாரம் வன்முறை வடிவங்கள், இலஞ்ச ஊழல்கள் போன்ற வேண்டப்படாத செயற்பாடுகளால் சிதைக்கப்பட்டு குடும்ப கட்டுப்பாடு. தனித்துவமான தன்மை போன்றவற்றை இழந்து ஆதரவற்ற நிலை காணப்படுகின்றது. தற்கொலைகள் குடும்ப கௌரவத்தை உறவை கொச்சைப்படுத்துகின்ற தன்மை இவையெல்லாம் எமது குடும்பத்திலும் சமூகத்திலும் நிறைவாக நிறைந்து கிடக்கின்றன. அதாவது, “வீடுவரை உறவு, வீதிவரை மனைவி, காடுவரை பிள்ளை, கடைசிவரை யாரோ?” என்ற சினிமா பாடலானது குடும்பத்தின் உறவுகளின் தாழ்ப்பரியத்தினை எடுத்துக் காட்டி நிற்கின்றது. ஆனால் இதற்கு மாறாக தற்போது எமது குடும்பத்தில் அந்நிலை மாறி, வீடு வரை தொலைக்காட்சியும், வீதிவரை தொலைபேசியும், காரியாலயம் வரை “கெட்போனும்” என்ற மாதிரி வாழ்நாள் போய்விடுகின்றது.





எமது சமூகத்தில் கூடுதலாக காணப்படுகின்றபோது எங்கே? நல்லதொரு உறவையும் ஆதரவையும் பெற முடியும் என்ற மன உளைச்சலுக்கு உள்ளாக்கப்படுகின்ற தன்மை குடும்பங்களில் நிறைந்து கிடக்கின்றன.

ஒரு மனிதன் அகப் பயணத்தினை மேற்கொள்வதனுடாக தனது ஆழ்மனத் தேவைகளையும் அதனை நிறைவுசெய்யும், வழிகளையும் கண்டுகொள்கின்றான். மற்றவர்களின் தேவைகளையும் இனம் காண முடியும். இவ்வாறு ஒவ்வொரு தனிமனிதனும் குடும்பத்திற்கும் சமூகத்திற்கும் “ஆதரவு” வழங்கும் மனிதனாக குடும்பச் சூழலை உருவாக்கிட வழிகோலாகின்றது. அப்போதுதான் ஒவ்வொரு மனிதனையும் அவரவர் நிலைகளோடு இயன்றவரை நல்லவர்களாக வாழ்வதற்கு முயற்சி செய்து முழு மனிதனாக வாழ வழிகாட்டலாம். இதற்கு மாறாக எமது குடும்பத்திலே கணவன் மனைவியை சந்திக்காமலும் பிள்ளைகளை முதியோர்களின் அரவணைப்பிலும் ஆதரவிற்காய் விட்டு அலைகின்றார்கள். இங்கே எப்படி குடும்ப உறவும் ஆதரவும் கிடைக்கப்பெறும். இதனால் வன்முறைகளும் துஷ்பிரயோகங்களும் மன உளைச்சல்களும் மலிந்துவிட்டன. ஆகவே ஒவ்வொரு குடும்பமும் ஒளி மயமான எதிர்காலத்திற்காய் உழைக்க வேண்டும். ஒவ்வொரு உயர்ந்த உள்ளங்களும்.

### **“ஆசை” இதழுக்கான அட்டைப்பட விளக்கம் சனத்திரள் சனக்கூட்டம்**

றசித்து அகமட் சவ்றா - இரத்தினபுரி

நாம் பலவிதம் எம் ஆசைகள் எண்ணற்றவை. இவ் ஆசைகளை நிறைவேற்றுவதற்காக நாம் நாள்தோறும் உழைக்கின்றோம். அலைந்து திரிகின்றோம். இவ் ஆசைகளை நிறைவேற்ற பல்வேறு வியாபார நிலையங்கள் புதிது புதிதாக தோன்றுகின்றன. அவ்வாறு தோன்றினாலும் எம் ஆசைகள் முற்றாக நிறைவேறுவதில்லை. ஆசைகளை நிறைவேற்ற ஓர் ஏக்கம் எம் மனங்களில் இருக்கிறது என்பதனை இவ் அட்டைப்படம் தெளிவாகக் காட்டுகின்றது. இன்று பொருளாதார நெருக்கடிகளினால் எம் தேவைகளையே நிறைவேற்ற பெரும் துன்பப்படுகின்றோமே என்றால் எம் ஆசைகள்???

## முதியவர்களது உள்ளீடுகளிற்ு ஆதரவு வழங்கினால்

துரைசிங்கம் சங்கமதி.  
உளசமூகப் பணியாளர்.

மனித வாழ்வின் இறுதிப்படி முறையாக இருப்பது முதுமைப் பருவம் என எரிக் எரிசன் வகுத்துக் காட்டியுள்ளார். இந்த முதுமைப் பருவத்தை மனித வாழ்வில் மிகவும் ஒரு பாரமான பருவமாக பார்க்கப்பட்டு வருகின்றது. “முதியவர்கள் முதுபெரும் சொத்தாகும்”. இவர்களின் உடலிலுள்ள கலன்களின் மாற்றம் ஏற்பட்டு படிப்படியாக தேய்வு ஏற்பட்டு நரம்புக் கலன்களின் செயற்பாடு குறைந்து செல்லும்போது ஏற்படும் நிலையே முதுமை எனப்படுகின்றது.

முதுமை என்பது வயது, சூழல், குடும்பம், ஆரோக்கியம் என்பவற்றைக் கொண்டு ஆளுக்காள் வேறுபடுவதைக் காணலாம். அதாவது சிலர் 50 வயதிலும் 80 வயது முதியவர்போல் காட்சியளிப்பதைக் காண்கின்றோம். உடல், உள மாற்றங்களை வைத்து பார்க்கும்போது வயதில் மூத்தவர், இளைய முதுமை, நடுத்தர முதுமை, மிக முதுமை என குறிப்பிடப்படுகின்றது.



மனிதனானவன் சிந்தித்து செயற்படத் தொடங்கிய காலத்தில் இருந்து உள் பிரச்சினைகளும் ஆரம்பிக்கத் தொடங்கின எனலாம். தோற்றத்தில் ஏற்படும் மாற்றங்களும், சமூக, பொருளாதார, குடும்ப பிரச்சினைகளும் முதியவர்களின் மனதை பாதிப்படையச் செய்கின்றன.

வாழ்க்கைக் காலத்தில் எதிர்பாராத விதமாக ஏற்படும் தனிமை, முதுமைக் காலத்தில் இவர்களின் மனதை மிகவும் பாதிப்படையச் செய்கின்றன. கூட்டுக்குடும்பமாக வாழும்போது எல்லோருடைய ஆதரவுகளும் உதவியும் கிடைத்தது. சந்தோசமாக வாழ்ந்த இவர்களுக்கு தமது பிள்ளைகளாலும் உறவினர்களாலும் முதுமை நிலையை காரணம் காட்டி ஒதுக்குதல், பேசுதல்,



அடிப்படை வசதிகளை செய்து கொடுக்காமை, உறவுகளை சந்திக்க மறுப்புச் சொல்லுதல், முதியோர் இல்லங்களில் இணைத்தல், பிள்ளைகளின் எதிர்காலத்தை நினைத்து யோசனை என்பன இவர்களது உளத்தை பாதிப்படையச் செய்கின்றன.

பெரும்பாலானோர் முதியவர்களை நோய்களின் இருப்பிடமானவர்களாகவும் ஒன்றுக்கும் உதவாதவர்கள் என்றும் அவர்களது பேச்சுக்கு மதிப்பளிக்காது இவர்களை நடாத்துவதைக் காணலாம். இவை மட்டுமல்லாமல் “பழசு, கிழடு, கிழும், வேளைக்கு விசா கிடைத்திடும், சும்மா அலட்டிக் கொண்டிருக்கும், எந்த நேரமும் புறணி சொன்னபடி தான் என்று உறவினர்கள் வீட்டுக்கு வரும்போது அவர்கள் முன்னிலையில் இவ்வாறான வார்த்தைகளை சொல்லுவதால் தாம் மற்றவர்களுக்கு சமையாகவும் தேவையில்லாதவர்களாகவும் இருப்பதை உணர்ந்து கொள்கின்றார்கள்.

இவ்வாறான உளத் தாக்கங்களினால் பதகளிப்பு, மனச்சோர்வு, வெறுங்கூட்டு நிலை, பயம், மாறாட்டம், சந்தேக உளமாய் நோய்கள், அறளை பெயர்தல், ஞாபக மறதி, குழப்பமான பேச்சு போன்றன இவர்களை சூழ்ந்து கொள்கின்றன. முதியவர்கள் என்ற நிலை வரும்போது அவர்களது மனங்களில் முதல் எழுவது மரண பயம் ஆகும். இதனாலேயே அதிகளவான உளத்தாக்கத்திற்கு உட்பட்டு வருவதைக் காணலாம்.

இவ்வாறான சந்தர்ப்பங்களில்தான் ஆதரவு என்பது இவர்களுக்கு மிகவும் அவசியமான ஒன்றாக காணப்படுகின்றது. அதாவது உடல், உள, சமூக, ஆன்மீக, பொருளாதார ஆதரவுகளை அவர்கள் மத்தியில் கட்டியெழுப்ப வேண்டியவர்களாக முதியவர்களும், குடும்பத்தினரும், சமூகத்தவர்களும் முன்மாதிரியாக திகழும்போது அவர்களது தாங்கங்களை குறைவடையச் செய்ய முடிகின்றது.

சில முதியவர்கள் தம்மைத்தாமே தாழ்த்திக்கொள்ளும் நிலை காணப்படுகின்றது. அதாவது “எங்கட சொல்லை யார் கேட்சினம், எங்களைக் கேட்டா செய்யினம், வீட்டில் அடைந்து கிடக்கிறம் என்றும் வேளைக்கு சாவந்து சேருதில்லை” என்ற விரக்தி நிலையில் சொல்வதைக் கேட்கின்றோம்.

இவ்வாறான உளத்தாக்கத்திற்கு உட்பட்டு இருக்கும் முதியவர்களுக்கு நாம் அன்பு, ஆதரவு, உதவிகள், மற்றும் அவர்களது கதைகளைக் கேட்டாலே தன்னையும் ஏற்று மதித்து நடக்கின்றார்கள் என்ற நிலை அவர்களிடத்து தோன்றும்.

இளமைக் காலத்தில் எல்லாப் பெற்றோரும் தங்கள் பிள்ளைகள் தம்மை பிற்காலத்தில் நல்லபடியாகப் பார்ப்பார்கள் என்ற நிலையிலே இவர்களது சொத்துக்கள், உடமைகளை தமது பிள்ளைகளுக்கும் உறவினர்களுக்கும் கொடுத்துவிடுகின்றார்கள் பின்னர் அவர்களாலே இவ்வாறான முதியோர்கள் கைவிடப்படும்போதுதான் கோப நிலைக்கும் விரக்தி நிலைக்கும் ஆளாகின்றார்கள்.



“குழந்தாய் என் தந்தையின் முதுமையில் அவருக்கு உதவு, அவரது வாழ்நாளெல்லாம் அவர் உள்ளத்தை புண்படுத்தாதே, அவரது அறிவாற்றல் குறைந்தாலும் பொறுமையைக் கடைப்பிடி நீ இளமை மிடுக்கில் இருப்பதால் அவரை இழக்காதே. தந்தைக்கு காட்டப்படும் பரிவு மறக்கப்படாது. அது உன் பாவங்களிற்கு கழுவாயாக விளங்கும்” (சீராக் 3: 12 - 14)

எனவே முதியவர்களை முதுமைக் காலத்தில் இறப்பு மற்றும் முதுமையை ஏற்றுவாழ் நாம் ஒவ்வொருவரும் உதவி செய்யும்போது இவர்களது இறுதிக்காலத்தை மகிழ்ச்சிகரமாக வாழ வைக்கலாம். சியன்றளவு இவர்களது தனிமையைப் போக்குதல், அவர்களது கருத்திற்கு மதிப்பளித்தல், கூடி எடுக்கும் விடயங்களில் இவர்களையும் இணைத்தல், நண்பர்களின் இறுதிக கிரியைகளில் பங்கு கொள்ளச் செய்தல், முதியவர்களின் முக்கியத்துவத்தினை சிறு பராயம் முதல் சிறுவர்களுக்கு சொல்லிக்கொடுத்தல், சிறு தொகை பணத்தையாவது அவர்களது கையில் கொடுத்தல் இவ்வாறான செயற்பாடுகளை இவர்கள் அருகில் இருந்து இவர்களது கதைக்கு செவிசாய்ப்போமானால் முதியவர்களது வாழ்வில் ஒளி ஏற்றிய பெருமையும், மகத்துவமும் எம் ஒவ்வொருவரையும் சாரும் என்பது திண்ணம்.



## நிறைவாழ்வை நோக்கி...

நீனா இராசையா, தி.சி

மனிதர்களாகிய நாம் நம் வாழ்க்கையில் பல விதமான ஆற்றல்கள் திறமைகளோடும் சில அனுபவங்களால் பலவித உணர்வுகள் சிந்தனைகளால் கஷ்டங்களுடனும் பலவீனத்துடனும் நம் வாழ்க்கை தொடர்கிறது. இப்படியான நிலையில் நாம் உடல் உள ஆன்மீக ரீதியாக நன்றாக வளர்ச்சியடைந்து சமூகத்தில் நல்ல உறவுடன் வாழ்ந்து தேவையானவர்களுக்கு ஆதரவு வழங்கி வாழ்வதற்கு நமக்கும் பிறர்க்கும் தெய்வீக சக்தி பெருமை அருளுகிறது.



நாம் வாழும்போது உடல், உள, அறிவு, உணர்வு, சிந்தனை, ஆன்மீகம் ஒருமித்த வாழ்க்கையை மேற்கொண்டு பிறர் ஆதரவுடன் ஒரு உள் யாத்திரையில் ஆழ் மனம் சென்று செயற்படும் முழுமையான வளர்ச்சி அவசியம். இதை மேற்கொள்ள முடியாத நிலையில் அன்பான ஆதரவான நம்பிக்கையான உடல் உள ஆன்மீக ரீதியாக ஆற்றுப்படுத்தும் பணியாளரின் உதவி தேடி அவர்கள் துணையில் அவர்கள் பங்குபற்றி

நீண்ட ஆழ்மன பயணம் ஒன்றை ஆரம்பிக்கும்போது உண்மையான சுய பயணம் ஆகிறது. நாம் இந்த ஆழ்மன பயணத்தில் நமது தற்போதைய அல்லது கடந்தகால அனுபவங்களால் பாதிக்கப்பட்ட நிலையை இனங்கண்டு நன்றாக செயல்பட்டு ஆழ்மனதில் உறைந்துகிடக்கும் எதிர்மறை உணர்வுகளை சிந்தனைகளை வெளியேற்றி நம்மை மாற்றியமைக்கும்போது நாம் வளர்ச்சியடைய முடியும்.

நாம் தற்போது இந்த நேரத்தில் விழிப்புணர்வுடன் வாழும்பொழுது நம் எண்ணங்களும் செயல்களும் அமைதியை மகிழ்ச்சியை நேர்மையான நல்லுறவுகளை எம் பயணத்திற்கு ஆதரவைத் தரும். இதனால் நாம் எப்போதும்

உடல் வளர்ச்சி, அறிவு வளர்ச்சி, சமூக வளர்ச்சி, உணர்வு வளர்ச்சி, ஆன்மீக வளர்ச்சி ஆகியவற்றில் ஈடுபாடுள்ளவர்கள் ஆகின்றோம். இத்துடன் நாம் எல்லோரோடும் ஒற்றுமையுடனும் ஆதரவுடனும் வாழ சக்தி பெறுகின்றோம்.

உடனடியாக கவனம் தேவை என்று வெவ்வேறு சூழ்நிலைகளில் பல்வேறு துணை ஆதரவு மூலம், மனிதர்கள் தங்கள் நடைமுறைகளை மாற்ற முடியும். மனிதர்களாகிய நாம் ஒவ்வொருவரும் முழுமை பெற்றவர்களாக மாறும்போது வாழ்வில் சமூகமயமாகின்றோம். இதனால் நாம் சமூகமக்களுக்கு ஆதரவாக இருந்து ஒவ்வொருவருக்கும் பாதுகாப்பு, பராமரிப்பு, அன்பு வழங்கி ஒற்றுமையுடன் வாழ்வோம்.

அடி மனது தொடர்பு முறையில் உறவுகொள்ளும்போது கிடைக்கும் நற்பயன் என்னவென்றால் நம்மோடு உறவுகொள்பவர்கள் நாம் கொள்ளும் தொடர்புக்கு நேர்மையாகவும் திறந்த மனதுடனும் பதிலிடுக்கத் தூண்டப்படுவார்கள். மனிதர்கள் ஒருவர் ஒருவரோடு உறவை வளர்க்கத் தொடர்பு கொள்ளும்போது, நேராமையாக திறந்த மனதுடன் தொடர்பு கொள்வது மிகவும் அத்தியாவசியமாகும். இத்துடன் நாம் நம் தேச மக்கள் அனைவருடனும் ஆதரவோடு இறைவனில் இணைந்திருப்போம்.

## **“ஆசை” இதழுக்கான அட்டைப்பட விளக்கம் சனத்திரள் சனக்கூட்டம்**

புல்பராசா - நுவரெலியா

உற்றுப்பார்த்தான்.... இறைவன்  
உடனே கண்ணீர் விட்டான்.... ஏன்  
இவர்கள் இரவெல்லாம் கண்விழித்து  
விடியும்போது கண்களைக்கூட திறக்க முடியாமல்  
பகலை இரவாக்கி உறங்கிவிட்டு.... இப்போது?

காட்டாற்று வெள்ளமாய் எங்கேயோ ஓடிக்கொண்டிருக்கும்  
காற்றுக்கூட புகவழியற்றுத் தடுமாறும் - தருணத்தில்  
எப்போத்பா இந்தக் கூட்டத்தின் தலைவிதி திருத்தி  
எழுதப்படப் போகின்றது என்று பெருமூச்சு  
விட்டுக்கொண்டது காற்று



## அன்பாய்..... ஆதரவாய்.... உடனிருப்போம்!

Dr. T. சுதர்மன் BSMS, Dip in F&N (Pera)  
Dip in Counselling (NISD)

எமது சக சிரேஷ்ட உத்தியோகத்தர் அடிக்கடி கூறும் வார்த்தை இது. ஆரம்பத்தில் எமக்கு அது ஒரு நகைச்சுவையாக தோன்றியது. ஆனால் பிற்பாடு அவரின் அந்த வார்த்தைகளை எனது அனுபவ வாயிலாக உணர்ந்துகொண்டேன். அது அலுவலகமாக இருந்தாலும்கூட, குடும்பமாக இருந்தாலும்கூட. அலுவலகத்தில் இதனை நடைமுறைப்படுத்துவது கிலகுவானது. ஏனெனில் அலுவலக உத்தியோகத்தர்களிடமோ, ஊழியர்களிடமோ நாம் எமக்கு என்ற தனித்துவமாக எதையும் எதிர்பார்க்கமாட்டோம். நாம் சிறிது ஆதரவாக இருந்தாலே நிறை சாதகமான பின்விளைவுகள் உருவாகும்.



குடும்பத்தில் எதிர்பார்ப்புக்கள் கூடுதலாக இருப்பதால் இது சாத்தியப்படுவதற்கு மிகுந்த பொறுமை வேண்டும். ஏனெனில் கணவன், மனைவி, பிள்ளைகள், ஏனைய உறவினர்கள் இவர்களுக்கிடையில் எதிர்பார்ப்புக்கள் கூடுதலாக இருக்கும். இங்கு ஆதரவினை அனைவரும் ஒரு வழிப்பாதையாகவே பார்ப்பார்கள். தாங்கள் ஆதரவு செய்வதைவிட மற்றவர்கள் ஆதரவு காட்டுவதையே விரும்புவார்கள். இதில் ஏமாற்றம் வரும்போது அடுத்தவரீது குறைகூறாதல், சண்டையிடல் என குழப்பம் ஏற்படுத்துவார்கள்.

நாம் அடுத்தவரீது ஆதரவு காட்டினோமா என சிந்திக்க மாட்டார்கள். இங்கு குடும்ப உறுப்பினர்கள் ஒருவரீது ஒருவர் தனக்கே என்ற அதீத எதிர்பார்ப்பே ஏமாற்றத்திற்கு காரணமாகின்றது. அந்த ஏமாற்றம் மற்றவரீது நாம் ஆதரவாக இருந்தோமா? என்ற எண்ணத்தை மழுங்கடிக்கின்றது.

இதேபோல் குடும்பத்தில், உறவினர்களில், அலுவலகத்தில் பிரச்சினை உருவாவதற்கு, மற்றவரீது ஆதரவாக நாம் இருக்கின்றோம் என்பதை உணர்த்த தவறுவதே காரணமாகும். இங்கு முக்கிய விடயம் என்னவெனில் ஒருவர் மற்றவரீது கோபத்தில் பிரயோகிக்கப்படும் வார்த்தைப் பிரயோகங்கள். அதாவது கோபத்தில் கடுமையாக பேசும்போது அதனைக் கொண்டு இவர் என்மீது அன்பாக ஆதரவாக இல்லை என்று உணருதல் ஆகும்.

கோபம் பல இடங்களில் மிகப் பெரிய பலவீனமாகவும் சில இடங்களில் பெரிய பலமாகவும் காணப்படுகின்றது. கோபத்தைக் குறைக்க பல வழிகள் இருக்கின்றபோதிலும் அதனைக் கட்டுப்படுத்துவது சிரமமான ஒன்றாக அமைகின்றது. கோபத்தினை நாம் ஒரு உணர்ச்சியின் வெளிப்பாடாக பார்க்கும்போது எவ்வாறு அது ஏற்படுகின்றதோ? அதேபோல்தான் ஏனைய உணர்ச்சிகளான அன்பும் ஆதரவும் உருவாகும். இதனையே "அடிக்கின்ற கை தான் அணைக்கும்" என்று கூறுவார்கள்.

பல உயரதிகாரிகள் கோபத்தில் கடுமையாக ஏசுவார்கள். ஆனால் அவர்களால் ஒருவரது வேலைக்கோ அவரது வாழ்க்கைக்கோ எதுவித பிரச்சினைகளும் உருவாகாது. ஆனால் கோபப்படாத ஒரு மேலதிகாரியினால் கோபத்தை மறைத்துக்கொள்ளும் மேலதிகாரிகளால் பல பிரச்சினைகள் ஏற்படும். இது பெரும்பாலானவர்களின் அனுபவமாக இருக்கும்.

எனவே ஒருவரது பலவீனமான இந்த கோபத்தை உணர்ந்தோமானால், அதேபோல் குறித்த நபரிடம் உள்ள சில பலவீனங்களை நாம் உணர்ந்தோமானால் அவரீது குறை கூறுவதை விடுத்து அவரீது அன்புடன் ஆதரவாக இருந்தோமானால் குறித்த நபரின் பலவீனங்கள், கோபங்கள் நாளடைவில் சலிப்பைத் தரமாட்டா. அதாவது நாம் ஒருவருக்கு ஆதரவு கொடுத்தோமானால் அவ் ஆதரவு எப்படியும் இரட்டிப்பாக எமக்கு மீள கிடைக்கும்.





ஒருவரது வாழ்க்கையில் துன்பகரமான சம்பவத்தின்போது, வீழ்ச்சியின்போது நாம் கட்டாயமாக அவருக்கு ஆதரவாக இருத்தல் வேண்டும். இவ்வாறு நாம் ஆதரவு காட்டாதபோது குறித்த நபர் தவறான பாதையில், தவறான பழக்கவழக்கங்களில் தன்னை ஈடுபடுத்தி சமூகத்திற்கே கேடு விளைவிக்கக்கூடிய நபராக மாறகின்றார். ஆதரவு எனும்போது உடனிருத்தல், அதாவது உனக்கு நான் இருக்கின்றேன். எச்சந்தர்ப்பதிலும் உனக்கு பக்கபலமாக இருப்பேன் என்பதே!

இறப்புக்கள், இழப்புக்கள் ஏற்படும்போது நாம் நேரே சென்று ஆறுதல்படுத்துவதே சிறப்பானதாகும். அதைவிடுத்து SMS மூலம் ஒரு செய்தியை அனுப்புவது அவ்வளவு ஏற்புடையதல்ல. இங்கு உனது இழப்பிற்கு ஆறுதலை தெரிவிக்கின்றேன். அதனைவிடுத்து என்னால் உன் துயரில் உடனிருக்க முடியாது என தெரிவிப்பதுபோலாகும். ஒருவரது இழப்பில், பிரிவில், துயரில், வேதனையில் அவருக்கு ஆதரவுக்கரம் நீடுவது என்பதில் அனைவருக்கும் ஒரு கொள்கையாகவே இருக்கும்.

ஆதரவு என்பது ஒருவருடன் அக்கறையுடன் கதைப்பது மட்டுமல்ல கதைக்காமல் அவருக்கு அருகில் இருந்தாலே அது மிகப்பெரிய ஆதரவாக இருக்கும். ஒரு பார்வையே மிகப்பெரியதொரு ஆதரவாக அமையும். எனவே ஆதரவு வழங்குவதில் நாம் பின் நிற்கக்கூடாது. ஆனால் "பாத்திரமறிந்து பிச்சையிடு" என்பது மாதிரியாக ஆதரவும் வழங்குதல் வேண்டும்.

### ஆதரவுக்குவியல்

த. தர்சன் - மன்னார்

இந்த உலகில் மனிதனால் தனியே வாழ முடியாது. சாதிக்க முடியாது. வாழ்வு முழுமைபெற மற்றவர்களில் தங்கியிருக்க வேண்டியுள்ளது. ஆனால் இன்றைய பின் நவீனத்துவ யுகத்தில் நாம் எல்லோரும் வேகமாகப் பயணிக்கின்றோம். இல்லை வேகமாக பயணிக்க வேண்டிய கட்டாயத்தில் இருக்கின்றோம். இந்த வேகத் துடிப்பினால் ஒருவர் மற்றவருக்கு ஆதரவாக இருப்பது கேள்விக்குறியாக மாறிவிட்டது. இதனால் இன்று ஆதரவுக்காக ஏங்குபவர் பலர். ஏன் அது நீங்களும் இருக்கலாம், ஏன் நானும் இருக்கலாம். ஒட்டுமொத்தத்தில் ஆதரவு இன்றைய மனிதர்களின் கட்டாய தேவை, இவ்வாதரவு பற்றி சமுதாயத்தில் இருக்கும் சிலரிடம் வினவியபோது அவர்கள் கூறிய கருத்துக்களை இங்கே பதிவு செய்கின்றோம்.

## இளையோருக்கான குடும்ப ஆதரவு

ந. துளசி,

உளசமூகப் பணியாளர்.

“முடிவில்லாமல் தன்னையே தேடுகின்ற வழியே வாழ்க்கை” இவ் உலகில் அவதரிக்கின்ற எந்த உயிர்களும் தனித்து இயங்குவதில்லை. அவ் உயிர்கள் இப்புமியில் வாழ்வதற்கு பலமான அடித்தளமாக விளங்குவது குடும்ப ஆதரவு ஆகும்.

இக்குடும்பம் இறைவனால் உருவாக்கப்படுகின்றது. இதன்மூலம் ஒரு உயிர் தனது வாழ்க்கையை முன்னெடுத்துச் செல்ல அருங்கொடையாக குடும்பம் காணப்படுகின்றது.

ஆதரவு எவ்வளவு தூரம் மனித சமுதாயத்திற்கு முக்கியத்துவம் வாய்ந்தது எனும்போது இங்கு ஆதரவு என்பது ஒரு உணர்ச்சி சார்ந்ததாகவும் காணப்படுகின்றது. அதாவது “உடலாலும் உள்ளத்தாலும்” பக்க பலமாக இருப்பதனை குறிக்கலாம். மேலும் இது சமுதாயம், ஆன்மீகம், பௌதீகம் சார்ந்த ஆதரவாகவும் காணப்படுகின்றது.



குடும்பம் எனும்போது இரண்டிற்கு மேற்பட்ட நபர்கள் சேர்ந்து ஒரே வீட்டில் அல்லது இடத்தில் தமது வாழ்க்கையை நடாத்துதலைக் குறிக்கும். இக்குடும்பத்தில் கணவன், மனைவி, பிள்ளைகள் என உள்ளடக்கப்படுவதுடன் ஒருவருக்கு ஒருவர் ஆதரவுடன் வாழ்கின்றனர்.

இக்குடும்பத்தில் மிக முக்கியமான இடத்தில் பருவ வயதினர் உள்ளனர். இவ்வயதினருக்கு இளமைத் துடிப்பு இருப்பதினால் அவர்களின் சிந்தனை வேகமாக செயற்படும். “இளமை என்பது ஒருதரம் ஆண்டவனால் பரிசளிக்கப்படுகின்றது”. அதாவது புதுமையான உலகம், கற்பனையில் வாழும்



தன்மையுடன் காணப்படுகின்றார்கள். இவர்களுக்கு குடும்ப ஆதரவு மிக முக்கியமானது. குடும்பத்தில் உள்ளவர்கள் இவர்களுடன் அன்பு, நம்பிக்கை, புரிந்துகொள்ளல், ஏற்றுக்கொள்ளல், விட்டுக் கொடுத்தல், என்பன உணர்வுபூர்வமாக இருத்தல் வேண்டும். இவ்வயதினருக்கு எந்தவிதமான ஆதரவினை வழங்கலாம் எனும்போது.

01. ஒழுக்கம் சார்ந்த விடயங்களை கடைப்பிடித்தல்.
02. தனித்துவமான வாழ்வியல் கட்டமைப்பினை பேணுதல்.
03. சமுதாயத் தொடர்பாடல்.
04. நண்பர்கள் வட்டத்தினை ஏற்படுத்துவதற்கு.
05. சமய, சமூக நலன் சார் விடயத்திற்கு.
06. சிறந்த கல்வி, தொழில்சார் கற்றலைப் பெறுதல்.
07. சுதந்திரத்திற்கு மதிப்பளித்தல்.
08. தோழமை உணர்வுடன் பழகுவதற்கு.
09. சிறந்த பொழுதுபோக்கினை அனுபவித்தல்.

எனப் பல வகையில் குடும்ப அங்கத்தவர்கள் ஆதரவு வழங்குதல் சிறப்பானது. இவ்வாறு ஆதரவு குடும்ப அங்கத்தவர்களால் வழங்காத சந்தர்ப்பத்தில் பல்வேறு வகையான பிரச்சினைகளை எதிர்நோக்குகின்றனர் நம் இளம் பராயத்தினர் இதற்கு பின்வருவனவற்றை குறிப்பிடலாம்.

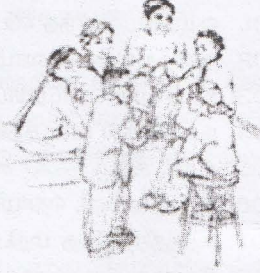
01. குடும்பத்தில் இருந்து விலகுதல்.
02. சமூக விரோத செயற்பாட்டில் ஈடுபடல்.
03. தம்மைத் தாமே அழித்தல்.
04. மன உளைச்சலுக்கு ஆளாகுதல்.
05. தீய நண்பர்களை உருவாக்குதல்.
06. கற்றலை இடையில் விடுதல்.

என பல விதமான பிரச்சினைகளை இவ்வயதினருக்கு குடும்ப ஆதரவு கிடைக்காத சந்தர்ப்பத்தில் ஏற்படுகின்றது. குடும்ப அங்கத்தவர்கள் என்ற வகையிலும் சமூகத்தில் வாழ்பவர்கள் என்ற வகையிலும் நாம் அனைவரும் இப்பருவ வயதினருக்கு ஆதரவு வழங்கும்போது சிறந்த பிராஜையை உருவாக்க முடியும். அதாவது உங்களுடன் நாங்கள் இருக்கின்றோம் என்பதனை அனைத்து செயற்பாடுகளிலும் பங்களிப்பினை வழங்கும்போது அவர்கள் நம்பிக்கைத் தன்மையுடன் தமது வாழ்க்கையை முன்னொடுப்பார்கள்.

## அவசியமாகும் ஆதரவு

M. Johnson (Dip. in Teaching NDE, Phy, HRM)

மனிதன் ஒரு சமூகப் பிராணி அவன் இவ்வுலகில் சமூகமாக வாழவே படைக்கப்பட்டவன். இறைவன் ஆதியில் மனிதனைப் படைக்கும் பொழுது ஆணும் பெண்ணுமாகவே படைத்தார். ஆண் தனித்திருப்பது நல்லதன்று எனக் கண்ட இறைவன் அவனுக்கு ஏற்ற துணையாக பெண்ணை (ஞவாள்) படைத்தார் என விவிலியம் சொல்கிறது.



இவ்வுலகில் பிறந்த எந்த ஒரு மனிதனுக்கும் கருவறை முதல் கல்லறைவரை ஒவ்வொரு கட்டத்திலும் ஏதோ ஒருவரில் தங்கி வாழ்ந்தே ஆகவேண்டும். அதாவது அவனுக்கு சக மனிதரின் ஆதரவு தேவைப்படுகின்றது. கருவறையில் தாயில் தொடங்கி கல்லறையில் சக மனிதரின் ஆதரவுடனேயே மனிதனுடைய வாழ்க்கை சரணாகதி ஆகின்றது. இந்த கருவறைக்கும் கல்லறைக்கும் இடையேயான வாழ்க்கை நீரோட்டத்தில் ஒரு பாலமாக ஆதரவு என்பது எம்மை தொடர்ந்துகொண்டே இருக்கின்றது.

குழந்தை ஒன்று பிறப்பதற்கு 280 நாட்களுக்கு முன் கற்பப்பையுடன் இருக்கும் பெலோப்பியன் நாளத்தில் ஆணின் உயிரணுவும் பெண்ணின் கருவும் சேர்ந்த நேரத்திலிருந்து உயிர் உருவாகத் தொடங்கிவிடுகின்றது. பிள்ளைக்கு அந்த கணத்திலிருந்து தாயின் ஆதரவு, அரவணைப்பு தேவைப்படுகின்றது. தாயின் மனநிலை பிள்ளையின் மனநிலையில் தாக்கத்தை ஏற்படுத்தும். தாய் கவலையாய், வேதனையாய், பயமாய், மனதில் பெரும் கஷ்டப்பட்டால் அது வயிற்றிலிருக்கும் பிள்ளையின் மனநிலையில் தாக்கத்தை ஏற்படுத்தும். தாயின் குடும்பமே குழந்தையின் முதலாவது சூழலாக அமைகின்றது. இக் குடும்பச் சூழலியற் காரணிகள் (Ecological factors) குழந்தையின் வளர்ச்சியிலே பெரும் செல்வாக்குச் செலுத்துகின்றது. இச் சூழலில் கிடைக்கின்ற தாய் தந்தையின் ஆதரவே பிள்ளையின் முழு வளர்ச்சிக்கு வித்திடுகின்றது.



குழந்தையின் வளர்ச்சிப்படிக்களில் தாய், தந்தைக்கு அடுத்து உறவுகள், சகபாடிகள் ஆதரவு தேவைப்படுகின்றது. பிள்ளைகள் பலர் பெற்றோர்களுடன் பகிர்ந்துகொள்ள முடியாத பல விடயங்களை தனது நண்பர்களிடமும் தனது நெருங்கிய உறவுகளிடமும் பகிர்ந்து கொள்கின்றார்கள். மனிதனுடைய முழு வளர்ச்சியில் ஒரு முக்கிய காரணியாக ஒழிவு மறைவு இன்றி உள்ளம் திறந்து உறவு கொள்ளக்கூடிய நம்பிக்கைக்குரிய நல்ல உறவுகள், நண்பர்கள் முக்கிய பங்கு வகிக்கின்றனர். உளவியுலளர் அடலர் இதுபற்றி குறிப்பிடும்போது "தவறுகளை எதிர்கொண்டு விளங்கிக்கொள்வதற்கு வேண்டிய துணியை ஆட்களுக்குக் கொடுப்பதற்கு இன்றியமையாதது உயிர்த்துடிப்புள்ள மனித உறவாகும்" எனக் குறிப்பிட்டுள்ளார். ஆகவே பெற்றோருக்கு அடுத்து உறவுகளின், உற்ற நண்பர்களின் ஆதரவுக கர்த்தை பற்றிப் பிடிக்க மனிதன் இயல்பாகவே விரும்புகின்றான்.



இன்றைய குடும்பங்கள், நாளைய குடும்பங்களை உருவாக்குகின்றது உறவுகள் கடந்த உயிர் துடிப்புள்ள ஆதரவுகளை மனிதன் ஏங்கி நிற்கும் காலம் இது. இங்கு கணவனின் ஆதரவு மனைவிக்கும் மனைவியின் ஆதரவு கணவனுக்கும் ஆணின் ஆதரவு

பெண்ணுக்கும் பெண்ணின் ஆதரவு ஆணுக்கும் அவசியமானதாகின்றது. பெண் என்பவள் ஆணுக்காகப் படைக்கப்பட்டவள். ஆண் என்பவன் பெண்ணுக்காகப் படைக்கப்பட்டவன். இவ்விரு பாலினமும் ஒருவர் மற்றவரின் ஆதரவைப் பெறாமல் இவ்வுலகில் வாழ்வதென்பது மிகவும் கடினமான காரியமாகும். ஏனெனில் ஒவ்வொரு ஆணின் சரிபாதியரக பெண் இருக்கின்றாள். ஒவ்வொரு பெண்ணின் சரிபாதியரக ஆண் இருக்கின்றான். பெண்ணை நாம் she என்றும் women என்றும் lady என்றும் ஆங்கிலத்தில் அழைக்கின்றோம். இங்கு she என்ற பெண்ணுக்குள் he என்ற ஆண்கள் இருக்கிறார்கள். women என்ற பெண்களுக்குள் men என்ற ஆண் இருக்கின்றான். lady என்ற பெண்ணுக்குள் led என்ற ஆண் இருக்கின்றான் எனவே ஆண் பெண் உறவு என்பது ஒன்றில் ஒன்று தங்கியிருக்கின்றது. ஆகவே ஒருவருக்கு ஒருவர் ஆதரவாக இருக்க வேண்டும். இது இறைவன் வகுத்த நியதி.

ஆடி அடங்கும் மனித வாழ்வு முதுமை நிலையை முத்தயிடும்பொழுது பெற்றோர்கள் குழந்தைகளாக மாறுகின்றார்கள். குழந்தைகள் பெற்றோர்கள் ஆகின்றார்கள். இந்நிலையில் பெற்றோர்கள் தமது குழந்தைகளின் (பிள்ளைகளின்) ஆதரவுக் கரத்தைப் பிடிக்க ஏங்குகின்றார்கள். இறுதியாக மனிதனுடைய உயிர் பிரிகின்ற பொழுதும் 3 கால் கொண்ட சக மனிதர்களின் ஆதரவுடனேயே பூதவடல் பூமிக்குள் புதைக்கப்படுகின்றது.

தொகுத்து நோக்கின் கரு உருவாகும் காலம் தொட்டு கல்லறையில் மனித வாழ்வு நிறைவுறும் காலம்வரையும் மனிதன் தனித்து வாழ முடியாது. சக மனிதனுடைய ஆதரவுடனேயே வாழவேண்டும் என்பது திண்ணம்

### உங்கள் பண் தெரடர வரழ்த்துகின்றோம்

எமது நான் உளவியல் சஞ்சிகைக்கு வலுவூட்டுபவர்கள் தமது வாழ்வில் சாதனைகளை, புதிய படைப்புக்களை படைக்கும்போது அவர்களை பாராட்டி ஊக்கப்படுத்துவது எமது முக்கிய கடமையாகும். அந்தவகையில் “நான்”சஞ்சிகை உருவாக்கத்திற்கு முன்னின்று உழைத்தவர்களுள் ஒருவரும் தற்போது “திருப்புமுனை” பணியகத்தின் இயக்குநராகவும் பணியாற்றிவரும் அருட்தந்தை வின்சன் பற்றிக் அமதி ஆவர். இவர் யாழ் பல்கலைக்கழகத்தில் இடம்பெற்ற 29வது பட்டமளிப்பு விழாவில், மெய்யியல் துறையில் கலாநிதி பட்டத்தை பெற்றுள்ளார்.

மேலும் நீண்ட நாட்களாக எம் நிர்வாக குழுவில் பணியாற்றிக் கொண்டிருக்கும் திருவாளர் யோசப் பாலா அவர்கள் “உளம் மகிழ” என்னும் நூலை எழுதி வெளியிட்டிருக்கின்றார். உங்களது சாதனைகளையும், படைப்புக்களையும், பணியையும் எமது நான் குடும்பம் சார்பாக வாழ்த்துவதோடு உங்கள் பணி மேலும் தொடர எம் நல்லாசிகள் எப்போதும் உங்களுக்கு இருக்கும் என்பதை உறுதியாகக் கூறிக்கொள்கின்றோம்.

- நான் குடும்பம் -



## ஆதரவு - ஒரு உள சமூக நோக்கு (Support - A Psycho Social View)

S. ஆப்தீன் BA (Hons),  
Dip. in. Counseling

மனிதனது பிறப்பிலிருந்து இறப்பு வரைக்கும் அவனது வாழ்க்கையில் இன்றியமையாத, அவனது வாழ்க்கையில் பின்னிப் பிணைந்து காணப்படுகின்ற ஒரு கருத்தியல் சார்ந்த அம்சமும் அதேநேரத்தில் பிரயோக ரீதியான ஒரு விடயமும் தான் இந்த ஆதரவு என்ற சொல்லாடலாகும்.

இந்தக் கட்டுரையானது ஆதரவு என்ற அம்சத்திற்கும் மனித வாழ்க்கைக்கும் இடையிலான நெருக்கத்தையும், ஆதரவின் தன்மைகள் மற்றும் அதன் வடிவங்கள் தொடர்பாகவும், ஆதரவினால் ஏற்படும் நேரான விளைவுகளையும் ஆதரவின்மைகளால் விளையும் எதிர்மறையான விளைவுகளையும், சமூகம் அக்கறை செலுத்தவேண்டியதும் ஆதரவு வழங்கவேண்டியதுமான பகுதியினரையும் அரசு மற்றும் அரசசார்பற்ற நிறுவனங்களின் உள சமூக ஆதரவான நடவடிக்கைகளையும் அதன் முழுமையான அணுகுமுறையின் அவசியத்தையும் விபரிக்க முனைகின்றது.

இந்த ஆதரவு என்ற விடயமானது மனிதனது வாழ்க்கையில் மாத்திரமன்றி, இந்த உலகத்திலுள்ள இறைவனால் படைக்கப்பட்ட அனைத்து தாவரம், விலங்கு மற்றும் ஏனைய உயிரினங்கள் மற்றும் பௌதீக காரணிகள் போன்ற அனைத்திலும் பிணைந்து காணப்படும் ஒரு விடயமாகும்.



ஒரு தாவரத்தை எடுத்துக் கொண்டால் அதனுடைய வளர்ச்சிக்கும் அதனளவில் எதிர்பார்க்கப்படுகின்ற விளைவிற்கும் கால்கோலாக அமைவது அதற்காக முறையாக வழங்கப்படுகின்ற நீர், வளமான மண், பௌதீக காரணிகள் மற்றும் ஏனைய பராமரிப்பு சார் அம்சங்கள் அடங்கிய ஆதரவாகும். இந்த ஆதரவுக்

காரணிகள் ஒழுங்கான முறையில் வழங்கப்படவில்லையாயின் அந்த தாவரம் வளர்ச்சி குன்றியதாக, நோய்வாய்ப்பட்டதாக, அதனளவில் எதிர்பார்க்கப்படுகின்ற விளைச்சலை அல்லது பெறுபேற்றை தராததாக இறுதியில் அது இறந்து மண்ணோடு மண்ணாக மாறும் நிலையைக் காணமுடியும்.

இதேபோன்றுதான், ஒரு தாய் தான் கருவுற்ற நாளிலிருந்து அதனை ஏற்றுக்கொண்டு, அதற்காக தான் முறையாகக் கடைப்பிடிக்கின்ற ஊண், உறக்கம், உடல்பயிற்சிகள் மற்றும் அவள் தாங்கிக் கொள்கின்ற அசௌகரியங்கள், அதேபோன்று அவளது உடல், உள, ஆன்மீகக் காரணிகள் அனைத்தும் அக்கருவை ஒரு முழுமையான ஆரோக்கியமான நிலைக்கு மாற்றி சிறந்த குழந்தையாக இவ்வலகில் தரிப்பதற்கு வழிசமைக்கின்ற ஆதரவுக் காரணிகளாக காணப்படுகின்றது. இவ்வாறான ஆதரவை அவள் அக்குழந்தையளவில் காட்டவில்லையாயின் அக்குழந்தையானது ஒன்றில் கருவில் அழிக்கப்படலாம் அல்லது தானாகவே சிதைவடையலாம் அல்லது எதிர்பார்ப்பிற்கு மாற்றமான நிலையைக் கொண்டதாக அது பிறக்கலாம்.

அடுத்து ஒரு குழந்தை பிறந்த பின்னர் அக்குழந்தையின் வளர்ச்சியும் விருத்தியும் அதன் தாயும் தகப்பனும் மற்றும் ஏனைய உறவினர்களும் அதில் காட்டுகின்ற சிரத்தையிலும் அதற்கு வழங்குகின்ற ஆதரவிலுமே தங்கியுள்ளது என்பதில் ஐயமில்லை.

அதேபோன்று, ஒரு குழந்தையின் சமூகமயமாக்கல் செயன்முறையில் கூட ஆதிக்கம் செலுத்துகின்ற குடும்பம், சகபாடிகள், பாடசாலை, சமூகம் போன்ற சமூக நிறுவனங்களின் பங்களிப்புக் கூட ஆதரவின் பாற்றட்டதாகும். இதன்விளைவுகளிலொன்றாக பிள்ளையின் ஆளுமையும் அதன் ஆளுமை விருத்தியின்மையும் நிர்ணயிக்கப்படுகின்றது என்றால் அது மிகையாகாது.

ஒரு பிள்ளையின் ஆளுமை விருத்திக்கான சீரான சமூகமயமாக்கல் செயன்முறையும் வழிகாட்டல்களும் போதியளவாக அதன் குடும்பத்தாலும் சகபாடிகள் மற்றும் சமூகத்தாலும் வளர்க்கப்படுவதற்கான முயற்சிகளும் அதற்கான ஆதரவும் வழங்கப்படுமாயின், அப்பிள்ளை எதிர்காத்தில் பலவற்றை சாதிக்கக் கூடியதாக, சவால்களை எதிர்கொண்டு வாழக்கூடியதாக, இலக்கு நோக்கி தனது விவகாரங்களை நகர்த்தக் கூடியதாக, சமூகத்தின் ஒரு வளமாக மாறுகின்றது என்பது நிதர்சனமாகும்.



மாறாக, ஒரு பிள்ளையின் முழுமையான சமூகமயமாக்கல் செயல்முறையானது போதிய ஆதரவின்மையால் சிக்கலானதாக அமைந்து, அதன் விளைவாக ஆளுமைப் பிறழ்வு இடம்பெறுமாயின், இப்பிள்ளை சமூகத்தில் வேண்டத்தகாத விளைவுகளை ஏற்படுத்தும் சமூக எதிர்ச் செயல்களில் மும்பூரமாக ஈடுபடும். அதாவது, ஒரு பிள்ளையின் பருவ மாற்றங்களுக்கேற்ப, அப்பிள்ளைக்குரிய உடல், உள, ஆன்மீகத் தேவைகளை கருத்திற்கொண்டு, அவற்றை ஈடுசெய்யக்கூடிய வகையில், குடும்ப சமூக ஆதரவுகள் முறையாக வழங்கப்படாத பட்சத்தில் அல்லது விலக்கிக் கொள்ளப்படுமாயின் அப்பிள்ளையானது உள்பிறழ்வு நிலைக்கு ஆளாக வேண்டிய துர்ப்பாக்கிய நிலைமைக்குத் தள்ளப்படுகின்றது.

இவ்வாறான பிள்ளைகள் காலப் போக்கில் களவு, கொள்ளை, கொலை, மது, மாது போன்ற பஞ்சமா பாதகங்களில் ஈடுபடுபவர்களாக மாறி, தங்களது வாழ்க்கைப் பயணத்திற்கான இலக்குகளின்றி தடுமாறிக் கொண்டு மறியல் சாலைகளிலும் தடுப்புக்காவல்களிலும் புனாவாழ்வு நிலையங்களிலும் தங்களது வாழ வேண்டிய காலத்தை சீரழிக்கின்ற நிலைமையைக் காண முடிகின்றது.



மேலும், ஒரு மனிதனுடைய முன்னேற்றமானது அவனது குடும்பம் மற்றும் சமூகம் அவனுக்கு வழங்குகின்ற ஆதரவிலேயே தங்கியுள்ளது. எடுத்துக்காட்டாக, ஒரு ஏழை பணக்காரனாக மாறுவதும், ஒரு விளையாட்டு வீரன் தனது இலக்கையடைந்து வெற்றிக் கேடயத்தை சுவீகரிப்பதும் ஒரு குடிமகன் நாட்டின் ஆட்சியாளனாக மாறுவதும் அவனது குடும்பம் மற்றும் சமூகம் அவனுக்கு அல்லது அவளுக்கு வழங்குகின்ற முழுமையான ஆதரவிலேயே தங்கியுள்ளது என்றால் அது மிகையல்ல.

ஆதரவானது பலவடிவங்களில் ஒரு மனிதனுக்கு அல்லது குடும்பத்திற்கு அல்லது நிறுவனத்திற்கு அல்லது நாட்டிற்கு இன்று வழங்கப்படுவதனை நாம் அவதானிக்க முடியும். இவ்வாதரவானது

பொருளாதார, அறிவியல், ஊக்குவிப்பு, அனர்த்தம், பிரச்சினையின்போது உதவுதல் போன்ற வடிவங்களில் வழங்கப்படுவதன் மூலமாக, அவை ஒரு முன்னேற்றத்தை நோக்கி நகர்வதனை அவதானிக்க முடியும்.

எடுத்துக்காட்டாக, ஒரு மாணவர் தனது கற்றலில் முன்னேறுவதும் பின்னடைவதும் அவருக்கு கிடைக்கின்ற ஆதரவிலேயே தங்கியிருக்கின்றது. அதாவது அவரது கல்லூரி வாழ்க்கையின் போது அம்மாணவருடன் தொடர்புபடுகின்ற குடும்ப உறுப்பினர்கள், சகமாணவர்கள், ஆசிரியர்கள் மற்றும் அதிபர் போன்ற தரப்பாரிடமிருந்து கிடைக்கின்ற பூரணமான ஆதரவே அம்மாணவனை முன்னேற்றப்பாதையில் நகர்த்தும். இவ்வாதரவானது அம்மாணவனின் திறமைகளைத் தட்டிக்கொடுத்தல், பாராட்டுதல், பரிசளித்தல், ஊக்குவித்தல், முன்னேற்றத்திற்கு வழிகாட்டுதல் போன்ற வடிவங்களில் கொடுக்கப்படுவதைக் காணமுடிகின்றது.

மாறாக, இத்தரப்பாரினால், ஒரு மாணவருக்கு அனாதரவான நிலைமைகள் உருவாக்கப்பட்டால், அம்மாணவன் தனது கற்றல் நடவடிக்கையில் பின்னடைவான நிலையையே எதிர்கொள்ள நேரிடும். மாணவரை நச்சரித்தல், கடுமையாகத்தண்டித்தல், பாரபட்சம் காட்டுதல், இழிவாகப்பார்த்தல், கணக்கெடுக்காமல் விடல், முயற்சியை தட்டிப்பணித்தல் போன்ற வடிவங்களில் இடம்பெறுவதைக் காணமுடியும்.

அடுத்ததாக, இன்று நமது சமூகத்தில் இயற்கையான அனர்த்தங்களால், யுத்தத்தால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள், அனாதைகள், விதவைகள், தபுதாரர்கள், ஊனமுற்றவர்கள், முதியோர்கள், வன்முறைக்குட்பட்டவர்கள், சமூகத்தில் நலிவுற்றவர்கள், வறியவர்கள் போன்ற பல்வேறு வகையான படித்தரங்களில் உள்ளவர்களைக் காணமுடிகின்றது.

இவ்வாறானவர்களை சமூகம் முழுமையாக ஏற்று அங்கீகரித்து அவர்களது வாழ்க்கையை மீலமூச்சி பெறச்செய்வதானது அவர்களுக்கு சமூகமும் அரசாங்கமும் அரசாப்பற்ற நிறுவனங்களும் காட்டுகின்ற ஆதரவிலேயே தங்கியுள்ளது. இன்று நமது நாட்டில் கூட இதற்காக பல்வேறு அரச மற்றும் அரசாப்பற்ற அமைப்புகள் பல்வேறு வகையான திட்டங்களை வகுத்துக்கொண்டு களத்தில் செயற்படுவதனை நாம் அவதானிக்கமுடிகின்றது.



இருந்தாலும், அவர்களது பிரச்சினைகள் மற்றும் தேவைகள் தீர்ந்ததாக காணமுடியவில்லை. ஏனெனில், அவர்களது உண்மையான எதிர்பார்ப்பும் தேவைகளும் பிரச்சினைகளும் பகுப்பாய்வு செய்யப்படுவதில்லை. அதற்கான காத்திரமான திட்டங்களை வகுப்பதிலும், அதனை அமுல்படுத்துவதிலும், அதனை கண்காணித்து மீளாய்வு செய்வதிலும், அவர்களது பங்கேற்புடன் கூடிய முழுமையான அணுகுமுறை கவனத்திற் கொள்ளப்படுதல் அரிதாகக் காணப்படுகின்றது.

அத்தோடு, அவர்களது உடல், உளம் மற்றும் ஆன்மீகம் என்பனவற்றில் அவர்கள் நிறைவு காண்பதற்கான உதவிக்கான ஆதரவும் அவர்களது பொருளாதாரம், மற்றும் பௌதீக அடிப்படைத் தேவைகள் என்பனவற்றை பூர்த்தி செய்யும் விதத்திலான உதவிக்கான ஆதரவும் முழுமையான ஒருங்கிணைக்கப்பட்ட (Integrated Approach) விதத்திலான அணுகுமுறைகளும் உரிய தரப்பினர்களால் பின்பற்றப்படுதல் போதியதாக அமையவில்லை.



இருந்தாலும், இன்று பல்வேறு அரசு, அரசுசார்பற்ற நிறுவனங்களால் பல்வேறு இலக்குக் குழுக்களை மையப்படுத்தி அமுல்படுத்தப்படுகின்ற உளவளத் துணைச் சேவைகள், வாழ்வாதாரத் திட்டங்கள், அனர்த்த நிவாரணங்கள், உட்கட்டுமான நடவடிக்கைகள், திறன் விருத்திசார் பயிற்சிகள், மானியக் கொடுப்பனவு உதவிகள் போன்ற சமூக நலத்திட்டங்கள் அனைத்தும் ஆதரவு என்ற விடயப்பரப்பினுள் உள்ளடங்குவவைகளாகும்.

எனவே, இவ்வாதரவு என்ற அம்சமானது மனித வாழ்க்கையின் பல்வேறு சந்தர்ப்பங்களில் பல்வேறு வழிமுறைகளின் மூலமாக காத்திரமான பங்களிப்பை செலுத்துகின்ற ஒரு பரந்த கண்ணோட்டத்தைக் கொண்ட அம்சமாகத் திகழ்கின்றது. அத்தோடு, இன்று முன்னெடுக்கப்படுகின்ற உளசமூக செயல்முறைகளில் ஆளமான கருத்தோட்டத்தையும் ஆதிக்கத்தையும் விரிந்த விடயப்பரப்பினையும் கொண்டதாக திகழ்கின்றது எனலாம்.

## ஆதரவின் வெற்றி

இ. ஜெயபாலன்  
தொட்டிலடி

ஆதரவாய் இரண்டு வார்த்தைகள் சொல்வதுகூட ஆறுதல்தான். அரசியல் தலைவர்களுக்கு மக்கள் வழங்குவதும் ஆதரவுதான். பல்வேறு அர்த்தங்களை தருகின்ற ஆதரவு ஒரு மனிதனின் ஆதாரமான விடயங்களையும் கூடக் குறிப்பிடுகிறது. ஆதரவு அற்றோர் அல்லது ஆதரவு இன்றியோர் இவை அவரவர் தேவைகளைக் கொண்டு வேறுபட்டாலும் மனிதர்களின் அடிப்படைத் தேவைகளுக்கு முன்னுரிமை கொடுப்பதில் முக்கியமான ஆதரவு முக்கிய இடத்தை பெறுகின்றது.

எவ்வளவோ பணம் பட்டம் பதவி எல்லா வசதிகளிருந்தும் ஆதரவான வார்த்தைகளுக்கு ஆட்கள் இல்லாத சூழ்நிலைகளும் இருக்கக்கூடும். எனவே அன்புதான் ஆதரவின் முக்கியமான அடித்தளமாகின்றது என்பது உண்மை.



வெறுப்புணர்வுகளால் வாழ்கின்ற மனிதர்கள், மற்றவர்களை வெறுப்பது மட்டமல்ல, ஈற்றில் தன்னைத் தானே வெறுக்கின்ற சூழ்நிலைக்குக் கூட தள்ளப்படலாம். ஆதரவான வார்த்தைகள் போலியாக இருப்பதையே இவர்கள் கண்டுகொள்வார்கள்.

ஆதரவு என்பது மனம் விட்டுப் பேசி நிறை வாழ்வுக்கு அழைத்து வருவதற்கான முயற்சியாகக்கூட இருக்கலாம். இதற்கு அடிப்படையாகத் தேவையானது மற்றவர்கள் மனங்களை வெல்லும் ஆளுமை. எத்தகைய பிடிவாத குணமுடைய மனநிலைப் பிறழ்வுகள் உள்ளவர்கள்கூட தமது விருப்பத்துக்கு அல்லது நம்பிக்கைக்கு உரியவர்களின் வார்த்தைகளுக்கு கட்டுப்படாமலிருப்பதில்லை.

ஆளுமையென்பது பலத்தின் அடிப்படையில் தீர்மானிக்கப்படுவதில்லை. ஆனாலும் சிறு வயதிலே நாம் பணிந்து நடந்த ஒருவரைக் கண்டால் எம்மை அறியாமலே அவர்களைக் கனம் பண்ணுகின்றோம். காரணம் அவர்கள்



அன்புடன் கலந்த கண்டிப்பைச் செய்து வழி நடத்தியதால்தான். ஆதரவு கொடுப்பதென்பதை எல்லா மனிதர்களுமே செய்ய முடிவதில்லை எதற்கும் சீனமமையாத பொறுமையான குணமும் தியாகம் கலந்த அன்புமே துண்டுகோலாய் இருக்க முடியும். பல சந்தர்ப்பங்களில் எம்மை வெறுத்தவர்களுக்குக்கூட நாம் ஆதரவு செய்தால், ஆதரவுகளுக்கெல்லாம் உயர்ந்த ஆதரவு அதுதான்.

எந்தவொரு மனிதர்களின் ஆழ்ந்த உள்ளக் கிடக்கைகளை எல்லோராலும் அறிந்துவிட முடியாது. மற்றவர்கள் தூற்றுவதாலோ இல்லாததைச் சொல்லுவதாலோ கூட ஒருவர் தனக்கு ஆதரவாக ஒருவரும் இல்லையே என ஏங்கக்கூடும். உண்மையைப் புரிந்துகொள்ள முயற்சிப்பதுகூட நாம் ஒருவருக்குச் செய்யும் ஆதரவாகும்.

## ஆதரவென்றாலே அம்மா

நெஞ்சில் நிறைந்த பொங்கி வழியும் அன்பை  
வஞ்சம் நிறையா மாப்பினில் அணைத்து  
தஞ்சம் என்று தவிக்கும் பிள்ளைக்காய்  
பஞ்சம் இன்றி கொடுப்பாள் தன் குருதியை

தவறிடும் தன் பிள்ளையை தினமும்  
தாங்கியே மன்னித்திருவாள் - நாளும்  
சந்திரன் முகம் பார்த்து - பசியின்  
தந்திரம் நீக்கிடுவாள்

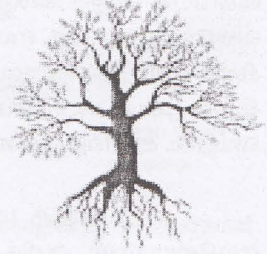


காலத்திற்கு காலம் கவிஞன் பிறந்திடினும்  
காலத்தால் அழியாத உன் அன்பை  
காவியமாய், கலை பொருளாய், ஓவியமாய் - நான்  
கருக்கொண் பிறந்தாலும் கற்றிட முடியாதே - அம்மா

காலத்திற்கு வயதுண்டு இன்று நீ  
அமர்ந்த கதிரைகள்கூட சொல்லுமம்மா  
உம் கால் பிடிக்கக்கூடி நீ இல்லையே  
உம் சுவாசக் காற்று கூட உணர்வு தான்

S.J. Suren

இங்கே  
விலாசம் தெரியாத  
வேதனைகளால்  
அனல் மெழுகாய்  
உருகித் தேய்ந்திடும்  
உள்ளங்களாயிரம்

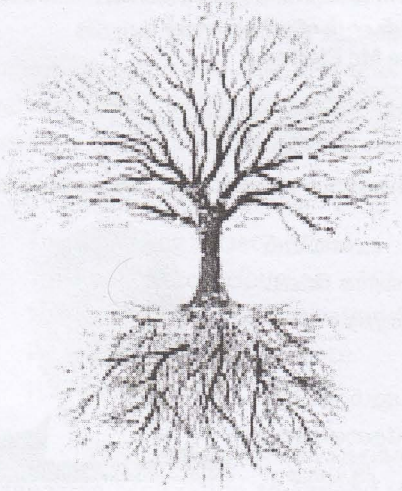


யானை தூக்கியெறிந்த மழலைபோல்  
வாழ்வின் கதவுகள் மூடப்பட்ட  
விரக்தியின் அகழியிலே  
சருகாகிப்போன ஏதிலிகளாயிரம்....

உயர வளர்ந்த கொடியொன்று  
கொழு கொம்புக்காய்த் துடிப்பதுபோல்  
வாழ்வின் மேட்டிலிருந்து  
சறுக்கி விழுந்த  
தூக்கி வீசப்பட்ட  
ஓராயிரம் உறவுகளுக்கு  
தாங்கும் ஆதார விழுதுகள் தேவை

மழையில் நனைந்த சித்திரம்போல்  
நினைவுகளின் அடித்தட்டில் - இன்னும்  
நீங்காத கசப்பான ஞாபகங்களால்  
நிம்மதி தொலைத்த முகங்களில்  
சந்தோசத்தின் ஒளிக்கீற்றை  
ஏற்றிடும் சுடர்களாய்  
ஆதாரம் கொடுப்போம்  
கைக்கோலை தவறவிட்ட குருடன்  
கருத்தோலைப் பிடித்ததுபோல் - வாழ்வில்  
தப்பான முடிவுகளால்  
தவறான உறவுகளால்  
விழுப்புண்ணடைந்த மனதுடன்





நம்பிக்கை தொலைத்து  
 தேய்ந்த நிலவாய்  
 விம்மும் விழிகளுக்கு  
 தன்னம்பிக்கை மருந்தாகி  
 ஆதாரம் நாம் கொடுப்போம்

புயலில் சிக்கிய புறாவாய்  
 தோல்வித் தொடர்களால்  
 மனச் சிறகொடிந்து  
 தனிமைச் சிறைக்குள்ளே  
 தவித்திடும் நெஞ்சங்களிலே  
 நட்பென்னும் இசை மீட்டி  
 நல்வாழ்வை மீளளிப்போம்

வாழ்க்கைக் கடலில்  
 அலைமோதும் பிரச்சினைகளால்  
 சிதைந்த படகாக  
 தடுமாறும் உள்ளங்களுக்கு  
 நம்பிக்கைத் துடுப்பாகி  
 ஆதாரம் நாம் கொடுப்போம்

கனவுகள் மெய்ப்பட  
 கவலைகள் நீங்கிட  
 அழகின்ற விழிகளைத் துடைத்து  
 நனைந்த இதயங்களைத் துவட்டி  
 கிளைதாங்கும் விழுதுகளாய்  
 சாய்ந்திடும் இதயங்களுக்கு  
 ஆதாரம் கொடுத்திட - புது  
 அவதாரம் நாம் எடுப்போம்.

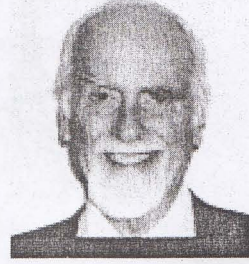
அ. துவ்யந்தன்  
 3ம் வருடம் இறையியல்  
 புனித சவேரியார் குருமடம்.

சமூக மேம்பாட்டுக்கான உளவியல் சிந்தனையாளர்  
டேவிட் கிளாரென்ஸ் மக்கிலிலாண்ட்,  
David Carence Mc Clelland

பேராசிரியர் கலாநிதி என். சண்முகலிங்கன்

சமூக மேம்பாட்டுக்கான உளவியல் சிந்தனையாளர் வரிசையில் குறிப்பிட்டவராக டேவிட் கிளாரென்ஸ் மக்கிலிலாண்ட் விளங்குகின்றார்.

மனித நடத்தையும் சமூகவியலும் இவரது முதன்மை ஆய்வார்வங்களாகும். மனித தேவைகளும் ஊக்கமும் தொடர்பான இவரது ஆய்வுகள் உலகளாவிய அங்கீகாரத்தைப் பெற்றுள்ளன.



மனித வள முகாமைத்துவம், சமூக மேம்பாடு தொடர்பான இன்றைய உரையாடல்களில் பெரிதும் இடம்பெறகின்ற மக்கிலிலாண்ட் பற்றிய ஓர் அறிமுகக் குறிப்பாக இக்கட்டுரை அமைகின்றது.

அமெரிக்க நியூயோர்க் மானிலத்தில் 1917ம் ஆண்டு 6ம் மாதம் 20ம் திகதி பிறந்த மக்கிலிலாண்ட் 1938ல் வெவ்ஸலியன் பல்கலைக்கழகத்தில் தன் கலைமாணிப் பட்டத்தினைப் பெற்றுக்கொண்டார். மிஸ்யோரி பல்கலைக்கழகத்தில் முதுமாணிப் பட்டத்தினையும் யேல் பல்கலைக்கழகத்தில் கலாநிதி பட்டத்தினையும் பெற்றுக்கொண்டார்.

கெனக்ரிகட் கல்லூரி, வெவ்ஸலியன் பல்கலைக்கழகம் ஆகியற்றில் கற்பித்தபின் 1956ல் ஹாவாட் பல்கலைக்கழகத்தில் ஆசிரியர் தொழிலில் இணைந்துகொண்டார்.

30 ஆண்டுகளாக சமூக உறவுகள் துறையின் தலைவராக பணியாற்றியபின் 1987ல் பொஸ்ரன் பல்கலைக்கழகத்தில் இணைந்து கொண்டார். இங்கு இவரது தனித்துவ அறிவியல் பங்களிப்புகளை கௌரவித்து அமெரிக்க உளவியல் கூட்டமைப்பின் விருது வழங்கப்பட்டமை குறிப்பிடத்தக்கது.



## மக்கிலிலாண்டின் ஆக்கங்கள்

இவரின் பணிக்காலத்து உளவியல் புலத்துக்கான இவரது மிகச் சிறந்த நூல்கள் பல எமதாயின. இந்த வகையில் மனித சாதனைக்களுக்கான ஊக்கல், சாதிக்கும் சமூகங்களின் அடிப்படையான உணர்வு நிலை, உள்ளனுவலமான வல்லமை பற்றிய பின்வரும் நூல்கள் குறிப்பிடத்தக்கன.

- The Achievement Motive - 1953
- The Achieving Society - 1961
- The Roots of Consciousness - 1964
- Towards A Theory of Motivation Acquisition - 1965
- Power: The Inner Experience
- Human Motivation - 1987

மனித சுதந்திர விரிவாக்கத்துக்கான ஊக்கல் முகாமைத்துவம் பற்றிய (Managing Motivation to Expand Human Freedom) இவரது ஆய்வுக் கட்டுரையும் இங்கு நம் கவனத்துக்குரிய ஆக்கமாகும். மனித தேவைகள் தொடர்பான மக்கிலிலாண்டின் ஆய்வுகள் மேம்பாட்டுக்கு இன்றியமையாத மூன்றுவகையான தேவைகளை இனங்காட்டுகின்றன.

### 01. சாதிப்பதற்கான தேவை:

விடயங்களைத் திறம்படச் செய்வதற்கான பெருவிருப்பம் அடிப்படையாக வேண்டப்படும் தேவை என்பார் மக்லிலாண்ட். இலக்குகளை எய்திட வேண்டும் என்ற இந்த தேவை உணரப்படும்போதே ஈடுபாடு பிறக்கும் கனவுகளும் மெய்ப்படும்.

### 02. இணைவுக்கான தேவை:

சமூக வாழ்வின் இன்றியமையாமை, சமூக இணைவுக்கான தேவையின் வழி மக்கிலிலாண்டினால் வலியுறுத்தப்படும் மற்றவர்களுடன் உறவுகளை ஏற்படுத்திக்கொள்ளுதலும் நெருக்கமான நட்புறவினை பேணுதலும் மேம்பாட்டு செயல்முறைக்கு பெருந்துணையாகும்.

### 03. அதிகாரத்துக்கான தேவை:

மற்றவர்களைக் கட்டுப்படுத்துவதற்கும், அவர்களை வழிப்படுத்துவதற்குமான தேவையாக அதிகாரத்துக்கான தேவையை முன்வைப்பார் மக்கிலிலாண்ட். உண்மையில் அதிகாரம் செய்வது என்ற பொருளில் அல்லது

மற்றவர்களுக்கு பொறுப்பேற்கும் பெரு விருப்பமாக அவரின் இந்த கருத்தாக்கம் விளங்கிடக் காணலாம்.

தலைமைத்துவம் தொடர்பான இன்றைய சொல்லாடல்களில் மக்கிலிலாண்டின் இந்த கருத்தாக்கம் பெரிதும் செல்வாக்குச் செலுத்திடக் காணலாம்.

சமூக நிறுவனங்களில் பணிபுரிவோரை தன் அருமையால் ஒன்றிணைந்து வழிப்படுத்தும் வல்லமையை தரும் அதிகாரமாக இக்கருத்தியல் அமைகின்றது. உரிய பின்னூட்டல்களைத் தந்து அனைவரையும் மேம்பாட்டின் பங்காளர்களாக இணைக்கும் இந்த கருத்தாக்கம் இன்றைய பங்கேற்பு மேம்பாட்டுச் செயற்பாடுகளில் பெரிதும் பயன்படக் காணலாம்.

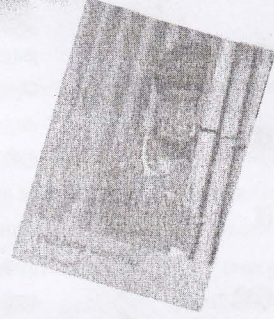
“குதிரையை குளத்தடிக்கு கொண்டுபோகலாம் நீரைக் குடிப்பது குதிரையினால் தானே முடியும்” என சாதாரண பேச்சுவழக்கில் நாம் கூறும் வாசகத்தின் உட்பொருளாய் தேவையை உணர்ந்து செயற்படும் சமூகங்களின் சமூக மாற்றத்தின் கனிகளைச் சுவைக்க முடியும் என்ற உண்மையை மக்கிலிலாண்டின் கருத்துக்கள் யாவும் உணர்த்தி நிற்க காணலாம்.

1940களில் ஆபிரகாம் மஸ்லோ உருவாக்கிய தேவைக் கோட்பாடு (Need Theory) தனியின்களின் இயல்புக்கங்கள் தொடர்பானது. உடல் - உள - சுய திறனியில் தேவைகளின்படியான தனியின்களின் மேம்பாட்டுக்கான அறிவினைத் தருவது மக்கிலிலாண்டின் தேவைக் கோட்பாடே சமூக மேம்பாட்டுக்கான உள ஏற்பாடுகளை முன்வைப்பது. புத்தாக்கங்களை, புதிய மாற்றங்களை, தொழில் வாண்மைகளை அலாவி நிற்கும் சமூகங்களின் நவீன மயமாக்க செயன்முறையில் பயனான மேம்பாட்டினைக் காணமுடியும். இந்த உண்மையைத் தெளிவாக்கும் மக்கிலிலாண்டின் சாதிக்கும் சமூகம் Achieving Society என்ற ஆய்வு நூலானது மேம்பாட்டைந்த நாடுகள், மேம்பாட்டைந்துவரும் நாடுகள் என்ற பேதங்களுக்கு அப்பால் அனைத்து நாடுகளுக்கும் வேண்டிய பாடங்களை தரும் அறிவுச் செல்வமாகும். மேம்பாட்டு செயன்முறையின் உளியல் பரிமாணங்களை விளங்கிக்கொள்வதில் மக்கிலிலாண்டின் ஆய்வு நூல் தானம் என்றென்றும் கைகொடுக்கும் என்றால் மிகையில்லை.



## நூல் அறிமுகம்

**நூல் : குழந்தை வளர்ப்பு**  
**ஆசிரியர் : எஸ். சிவதாஸ்**  
**மனநல மருத்துவர், வன்னி**  
**வெளியீடு : மனநல சங்கம், வவுனியா**  
**விலை : 200.00**



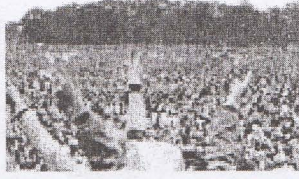
மருத்துவர் எஸ். சிவதாஸ் அவர்கள் தமது தனித்துவமான எழுத்தாக்க விரிவின் வழியாகத் தமிழியலுக்கு வித்தியாசமான ஆக்க மலர்ச்சிச் சுவையூட்டி வருபவர். உளவியல் மற்றும் உளநல மருத்துவம் ஆகியவற்றை அறிவியல் நிலையிலும் அழகியல் நிலையிலும் பரவலாக்கம் செய்பவர். எழுத்துருவில் மட்டுமின்றி கலைத்துவம் விரவிய நிழற்பட அழகியலும் அவரது ஆற்றலும் தேர்ச்சியும் விளிம்புகளை கடந்து வருகின்றன என பேராசிரியர் சபா, ஜெயராசா குறிப்பிடுகின்றார்.

“குழந்தை வளர்ப்பு” இன்று ஒரு முக்கியமான விடயம். இதனை தனது அனுபவத்தினூடாகவும், உளவியல் அறிவின் அடிப்படையிலும் சிறப்பாக சித்தரிக்கின்றார் மருத்துவர் சிவதாஸ் நான் சஞ்சிகை குடும்பத்துக்கும் இவருக்கும் நெருங்கிய தொடர்பு இருப்பதோடு, நானின் நீண்ட நாள் எழுத்தாளர் என்பதும் குறிப்பிடத்தக்கது. மேலும் இவர் “நலமுடன்” “மகிழ்வுடன்” என்னும் நூல்களையும் எழுதியிருக்கின்றார்.

### வாசகர்களே!

உங்களது உளவியல் சார்ந்த நூல்களும் அறிமுகப்படுத்த வேண்டுமாயின்,  
உங்களது நூல்கள் பற்றிய குறிப்புக்களை எமக்கு அனுப்பி வைப்புங்கள்.

ஆ  
த  
ர  
வ  
நா  
ன்  
எ  
ங்  
கே?



தாத்தா தொலைத்துவிட்டு  
தேடும் ஊன்றுகோல்  
அது முதியவர் விடுதிகளில் வேலைக்கு  
அமர்த்தப்படாத ஒரு வேலைக்காரன்

அரசியலுக்குள்ளே ஆட்டம்போடும்  
முகமூடிக்காரன்.... வெளிச்சத்திலே  
பார்வையற்றுத் தள்ளாடும் பைத்தியக்காரன்  
அது அரசாங்கம் தேடும் சட்டக்கோவையப்பா...

மணலில் பட்ட பதிவுகள் இடைவெளி  
கனகனத்த வெயில் கதை சொல்லும்  
வலைப் பக்கமாய் திரும்புங்கள்  
காரியாலயங்கள் பேசின  
கால்நோக்கக் காத்திருந்தோம்  
கதை கேட்க யாருமில்லை

Welcome என்று  
பதாதைகள் பல கண்டோம்  
காணப்படாதவராய் மனம் வெந்து  
நின்றோம் நெடுநேரமாய்  
இருக்கைகளும் இருப்பவர்களும்  
இணையவில்லை எம்மோடு

மீள் குடியமர்வு புனர்வாழ்வு  
புளித்துப் போன நுரைகளாய் நிற்க  
புத்தகம்போல் நாம் கொடுத்த  
போட்டோ கொப்பிகள் ஆயிரம்  
இன்னும் அமரவில்லை  
சூரியனைக் காட்டும் கூரைக்குள் நாம்

துறையூரான்



## ஆதரவுபற்றி வாசக நேபர்கள்!

### மாவெரும் உந்துசக்தி

சு. ஜெயக்குமார் - திருகோணமலை

எனது வாழ்வின் அனுபவங்கள் ஊடாத் "ஆதரவு" என்னும் பண்பை சிந்திக்கும்போது. வாழ்க்கையின் முன்னேற்றத்துக்கு உந்து சக்தியாக இருப்பதே ஆதரவு எனக் கொள்கின்றேன். நான் எனது வாழ்வில் பல தோல்விகளை ஒன்றன்பின் ஒன்றாக அனுபவித்தேன். இத்தோல்விகளினால் நான் எனது வாழ்வில் உள ரீதியாக பின்னடைவைச் சந்தித்தேன். துவண்டு போனேன். என் எதிர்காலம் கேள்விக் குறியாக மாறிவிட்டது. இவ்வாறான ஒரு கசப்பான அனுபவத்தில் மூழ்கியிருந்த எனக்கு, எனது நண்பர்களின் ஊக்கமளிக்கும் வார்த்தைகளே ஆதரவாக இருந்தது. அவர்கள் துணையின்றி என் வாழ்வு நகர்ந்திருக்காது. எனவே இந்த நேரத்தில் ஒரு கேள்வியும் எழுகின்றது. நாம் தீங்கு செய்வதற்கு ஆதரவாக இருக்கின்றோமா? அல்லது நன்மைகள் மலர ஆதரவுக்கரம் நீட்டுகின்றோமா?

### ஆதரவைப் பெற்று பகிர்வோம்

சாந்தி - முன்பள்ளி ஆசிரியர்

ஆதரவின் வடிவங்கள் அன்பு, அரவணைப்பு, பாதுகாப்பு, புரிந்துணர்வு, மன்னிப்பு, பகிர்வு என்பனவாகும். இவ்வுணர்வு இறைவனிடமும், பெற்றோரிடமும் நிறைவாகக் காணலாம். ஆனால் மனிதர்கள் அனைவரும் இவ்வுணர்வை எதிர்பார்த்தே வாழ்கின்றனர். குழந்தைகள் பெற்றோரிடமும், மாணவர்கள் ஆசிரியரிடமும், நோயாளி வைத்தியர்களிடமும், விசுவாசிகள் இறைவனிடமும் ஆதரவை நாடுகின்றனர். ஒரு குடும்பத்தில் குடும்பத் தலைவனும், தலைவியும் தம் குடும்ப அங்கத்தவர்களிடம் காட்டும் ஆதரவினால்தான் அக்குடும்பம் மகிழ்வில் நிறைவடைகின்றது. நாம் எல்லோரும் ஆதரவைப் பெற்று அதை பகிரும்போது இவ்வுலகில் அமைதியும், ஒற்றுமையும் மலருகின்றது. ஏன் இயற்கையும் எம் ஆதரவுக்காக ஏங்குகின்றது. எனவே ஆதரவு காட்டி நிறைவு பெறுவோம் இவ்வுலகில்.

## ஆதரவற்றோர் தேகம் ஆதரவு

செல்வி யூட்ஸ் சுஜானி யேசுராஜா - யாழ்ப்பாணம்

மனிதன் ஓர் சமூகப் பிராணியாவான். அவனால் பிறரின் ஆதரவின்றி தனித்து வாழ முடியாது. இந்நிலையில் ஆதரவு என்பது ஒருவர் ஒருவரில் தங்கி வாழ்வது என்றும் பொருள்படும். சிறப்பாக, நலிவுற்றோர், ஆதரவற்றோர் இன்னொருவரில் சார்ந்து அவரில் ஆதரவு தேடுவதும் மனித இயல்பாகும்.

### இறைவனில் ஆதரவு பெறும் அதிஷ்டசாலி

திருமதி அராங்கா விஜயராஜ் - அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர்

நாம் வாழும் இவ்வுலகமானது வியப்பிற்குரிய ஒன்றாகும். இங்கு மண்ணில் பிறக்கும் எவருமே தனித்து விடப்படுவதில்லை. ஒவ்வொருவரும் ஏதோ ஒரு வகையில் பிணைக்கப்பட்டவர்களாவோம். எமது படைப்பின் நியதியில் எமக்குரிய உறவுகளும் படைக்கப்பட்டுள்ளது என்பது உண்மை. எது எவ்வாறிருப்பினும், எவ்வொருவன் எப்போதும், இறைவனுடன் தொடர்பில் இருக்கின்றானோ அவனே இறைவனின் உண்மையான ஆதரவு பெற்ற அதிஷ்டசாலியாவான்.

### வாசக நேயர்களுக்கு!

“நான்” உங்களுடன் சற்று அளவளாவ விரும்புகின்றேன். நீங்கள் தொடர்ந்தும் என்னைப் பயன்படுத்தி பலன் பெறுவதால் நான் மகிழ்கின்றேன். நீங்கள் ஏன் என்னை உங்கள் நண்பன், நண்பிக்கு பரிசாக வழங்கக்கூடாது? பிறந்தநாள் பரிசாகவோ, திருமண ஆண்டுநினைவாகவோ “நான்” சஞ்சிகை வழங்கலாந்தானே? அப்படியாயின் உடனே நீங்கள் விரும்பும் ஒருவரின் விலாசத்தை முழு விபரத்துடன் எழுதி சந்தாவுடன் எனக்கு அனுப்புங்கள் உடனே தாங்கள் கொடுத்த முகவரிக்கு அனுப்பி வைக்கப்படும். - நன்றி - ஆர்.



**உங்களுக்கு 'நான்' இதோ...!**

உடல் பசிக்கு உணவு உண்டு - தங்கள்  
உளக்குறை தீர்க்க நான் இருக்கிறேன்.

நேயர்களே...!

பலரது ஆலோசனைகளையும் வழிகாட்டல்களையும் ஏற்று  
வாசகர்களினதும், கல்விமான்களதும் வேண்டுகோளை கவன்தீல்கொண்டு  
இந்த வருடத்துக்கான எமது பிரதிகள் சில தலைப்புக்களை தாங்கி  
வந்துகொண்டிருக்கின்றன. அதன்படி தொடர்ந்துவரும் இதழுக்கான  
தலைப்பு

சிந்திரை - ஆனி

**“பொறுப்புணர்வு”**

அடுத்த இதழுக்கான உங்கள் ஆக்கங்களை “பொறுப்புணர்வு” எனும்  
தலைப்பில் எழுதி 25.05.2014 திகதிக்கு முன்னர் எமக்கு அனுப்பி  
வைங்கள். உங்கள் படைப்புகள் உளவியல் சார்ந்தவையாக  
அமையட்டும்.

உங்கள் தொடர்புகளை விரைவாகவும் இலகுவாக்கிக்கொள்ளவும்

மின் அஞ்சல் முகவரி.  
naanscholasticate@gmail.com



# “நான்”

மூன்று மாதங்களுக்கு ஒரு இதழாக  
வருடத்திற்கு நான்கு தடவைகள்  
உங்களிடம் வந்து கொண்டிருக்கின்றேன்.

என்னில் உங்களுக்குத் தேவையான  
உளவியற் கருத்துக்கள்  
குவிந்து கிடக்கின்றன.

என்னுடைய தனிப்பிரதி - 50/-

என்னுடைய ஆண்டு சந்தா  
உள்ளூரில் - 250/-  
வெளியூரில் - 6 Euro

“NAAN”

Tamil Psychological Magazine  
“Vasanthaham”, Swamiyar Road,  
Colombuthurai, Jaffna, Sri Lanka.  
Tel: 021 - 222 5359  
E-mail: naanscholasticate@gmail.com

Registered No. QD/94/News/2014