

OLIARAZI

ஒளி அரசி

இல்லத்தாசிகளின் தோழி

மாத சங்கிகை



ஒளி - 01 திதி - 09

ஆகஸ்ட் 2014

பக்கங்கள் : 68

அஸ்பு + அறிவு + அழகு + தீர்பு + போட்டு + வாழ்த்து + பொழுதுபோக்கு

நூறு 60

ஏர்ஸ்மினோ மாண்புமிகு கல்காக
உதவியாளர் மஹேந்திர்

பெருவூர் ஆசாரக் கல்காகம்

SOORIYAN FM

கூரியூலி FM

103.6 மைக்ரோ 103.4 மைக்ரோ



Hair &
Makeup by :



Hotline :
077 3135585



இயங்க
இயங்காட்டி

தமிழ் 5 புகைம்பரிசில்
பிரபல சிங்கள மாநிறி
விளாத்தாளிக் மொழிபெயர்ப்பு
தமிழ் மாணவர்களின்
நலன் கருதி உள்ளே...

மனவலிழையில்
சிறந்தவர்கள்
உண்களா? பெண்களா?

பீட்டை
சொர்க்கமாக
மாற்ற...

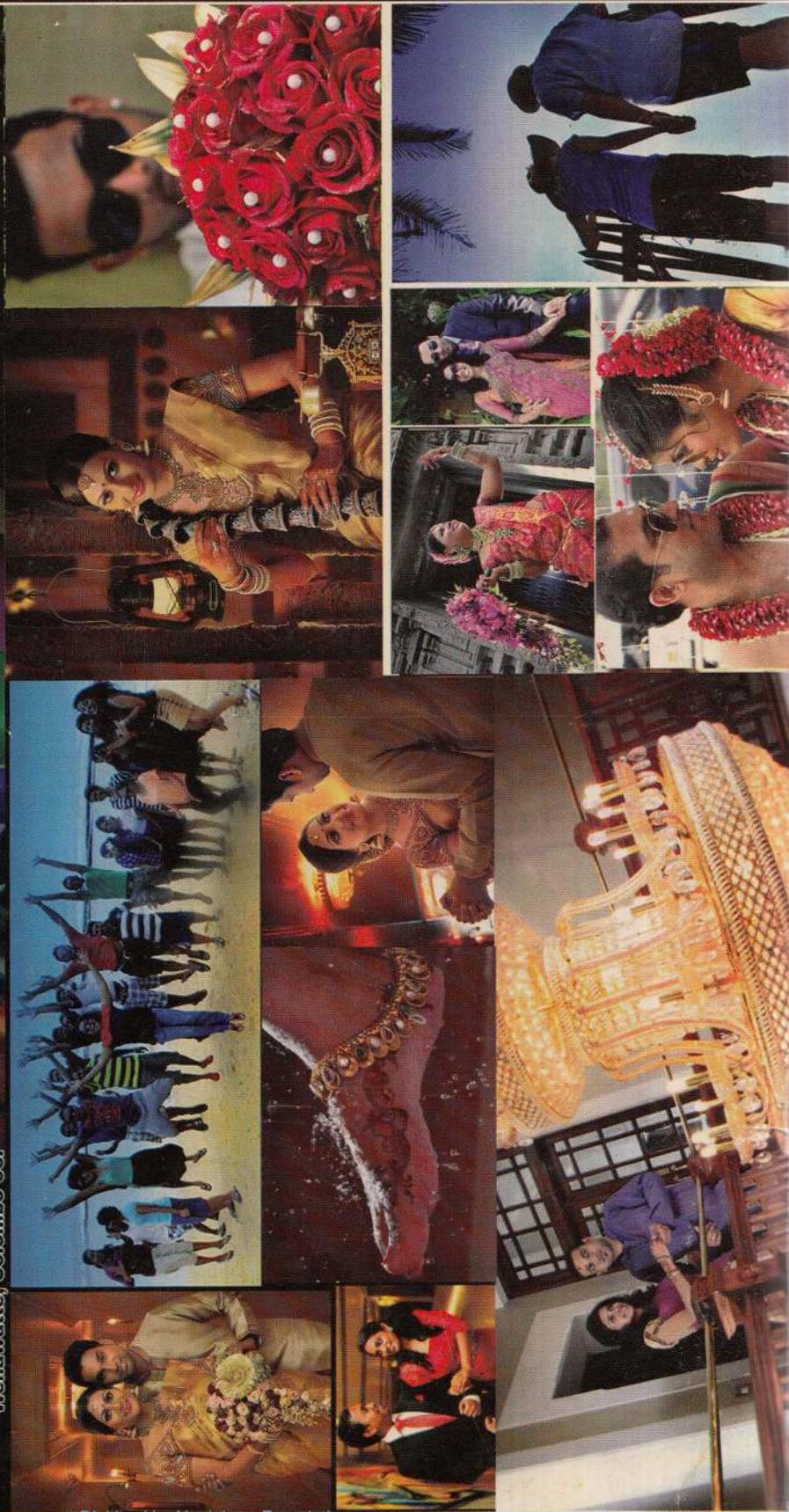
மனித உருவில்
இறைவன்

200,000/=
பத்துவகை
போட்டிகள்



Something Different
Anton Studio 7
Photography, Videography
3075, Russells Lane,
Wellawatta, Colombo 06.

Mobile : 0094 712 318 400
0094 727 318 400
0094 777 296 940
0094 770 322 212
Email: antonstudio7@gmail.com





The Hands that Protect
Life Insurance Corporation (Lanka) Ltd.

LIC

புதிதாக வெள்ளவத்தையில் ஸ்தாபிக்கப்பட்டுள்ள

எல் ஜி வி (லங்கா) லிமிடெட்

கிளையில் தொழில் வாய்ப்புக்கள்

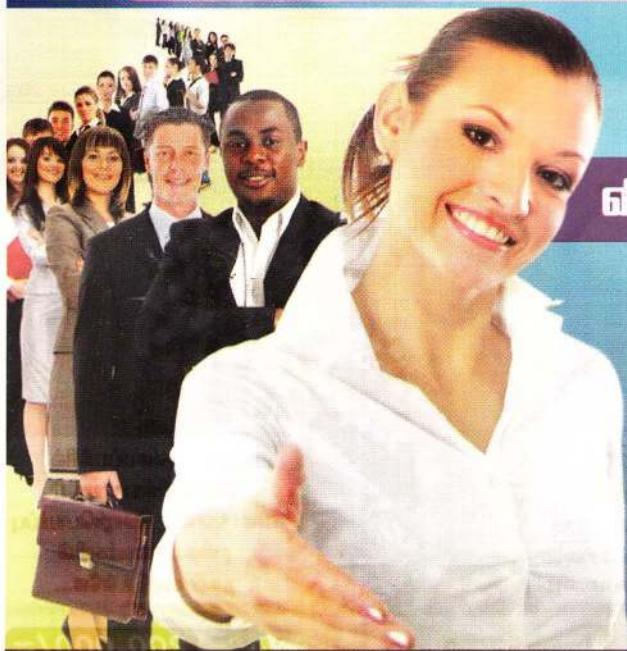
பிரதேச விற்பனை அமைப்பாளர்கள்

விற்பனை மேற்பார்வையாளர்கள் &

ஆலோசகர்கள்

துறைநாட்சி துறுதிகள்

- க/பொ/த சாதாரணத்தரப் பரீட்சை (கணிதத்தில் சித்தி)
- க/பொ/த உயர்தரப்பரீட்சை
- 22 வயதிற்கு மேல் (ஆலோசனை மிக்கவர்களாக மற்றும் பணியில் இருந்து ஓய்வுபெற்றவர்கள், பகுதி நேர வேலை புரிபவர்கள் இணைத்துக்கொள்ளப்படுவர்)



விண்ணப்பிக்கவும்

மேலாளர்,
எல்ஜி வி (லங்கா) லிமிடெட் -
கொழும்புக் கூற்று கிளை
லை. 17, முதலாம் மாடி,
காலி வீதி, வெள்ளவத்தை,
கொழும்பு - 06.

0777 419415 / 011 2592982

ஒள்ளே...

நடசத்திய இல்லத்துறை



12



27 'ஆழி' குறங்ஷட விசர்சனை



15



42 வலைக் கீச்சுக்கள்



49



ரோமாந்ஸ் விகிடபவின்



"கலாலயா" 26



ஷேட்டு நூற்று மூட்டுகள்



நிரிழிவு நோய் அநிகரித்துள்ளதா?

40



வது பிறந்தநாள் வாழ்த்து



செல்வன். ரி. சந்தோஸ்

கண்டா ரொரண்டோவில் வசிக்கும் பிறேம்குமார் தேவகி தம்பதிகளின் செல்வப்புதல்வன் சந்தோஸ் 12.07.2014 இல் தனது முதலாவது பிறந்தநாளை இலங்கையில் வெகுவிமிர்சையாக கொண்டாடினார். இவரை தாத்தா பாலசுந்தரமும் குடும்பத்தினரும் வாழ்த்துகின்றனர்.



“ஓளி அரசி”

இலக்காசிகளின் தோழி

மாதம் ஒரு முறை
ஆகஸ்ட் 1 - 31, 2014

நியூ விளை மீடியா சின்டிகேந் பிறைவேட
விமிடட் - ஆசிரியர் குழுவால் அச்சிட்டு
வெளியிடப்படுகிறது.

வடிவமைப்பு:
ஆர். கிரிஷாந்

தொலைபேசி: 011 5738003,
071 8628360, 071 8628361

தொலைநூல்: 011 5517945
ஆசிரியர் குழு: 011 5738003
E-mail: oliarazi33@gmail.com
editoroliarazi@gmail.com

விளம்பரப் பிரிவு :
கொழும்பு : 071 4114997, 0714273035
வட மாகாணம் : 0215671111

விநியோகப் பிரிவு :
கொழும்பு : 011 5737592, 071 8628379
வட மாகாணம்:
021567222, 0776569617, 071 6182182
சந்தா விபரம்: (ஒரு வருடம்) 1000/-
(தபால் செலவு உட்பட)

கடித தொடர்புகளுக்கு :
ஆசிரியர், ஓளி அரசி
85, ஜயந்த மல்லிமாராசி மாவத்தை,
கொழும்பு - 14.

வாசகர் விறியிடு:
விளம்பரங்களின் உண்மைத் தன்மை
தோட்டாக கேடுக்கல் வாங்கல் பேற்கொள்ளும்
போது ஆவணங்களை சிரியாக பரிசேதித்து
பார்ப்பது வாசகர்களின் கடமையாகும்.

போட்டிகளில் பங்குபற்றும்
வாசகர்களுக்கு ஒரு முக்கிய அறிவித்தை
தங்களுக்கான பரிசில்களை அனுப்பி
வைப்பதில் உள்ள சிரமங்களை
தவிர்ப்பதற்காக தயவுசெய்து தங்களின்
தொலைபேசி இலக்கத்தைக் குறிப்பிட்டு
போட்டிக்குரிய விடயங்களை அனுப்பவும்.
அத்துடன், போட்டிகளில் வெற்றிபெற்று
இதுவரை பரிசு கிடைக்காத வாசகர்கள் கீழ்
வரும் இலக்கத்துடன் தொடர்புகொள்ளவும்.
071-6850005, 078-2825009

மாற்றம் ஒன்றே மாறாதது

மீண்டும் ஒரு தடவை விரல்களைக் கோர்த்து மடவினை வரைய ஆரம்பிக்கும்போது உணர்கிறேன் இதழ்களைத் தாண்டி இறுக்கமடைந்து வரும் ஓளி அரசி வாசகர் உறவினை; ஒவ்வொரு இதழ்களிலும் அதிகரித்து வரும் வாசகர் என்னிக்கையும் நீங்கள் அளித்து வரும் ஆகரவும் எம்மை உற்சாகத்தில் தினைக்கைவைக்கிறது. வாசகர் களாகிய உங்களுடைய கருத்துகளுக்கமைய ஓளி அரசி தனது ஒவ்வொரு இதழிலும் தன்னை மெருகூட்டி புதுப்புது விடயங்களை உள்வாங்கி பிரகாசிக்கின்றான். அந்தவகையில் இந்த இதழிலும் வகைக் கீச்கக்கள் என்ற ஓர் புதிய பகுதியினை சேர்த்துள்ளோம். சமூக வளைத்தளங் களிலே வருகின்ற சில சுவாரஸ்யமான விடயங்களைத் தோகுத்து தருவதே இப்பக்கத்தின் நோக்கமாக காணப்படுகிறது.

சமூகத்தின் மாற்றங்களுக்கமைய எம்மை மாற்றி அமைத்துக்கொள்ள தவறுவோமாயின் நாம் சமூகத்தி விருந்து விலகிச்செல்ல நேரிடும். மாற்றங்கள் என்பது நன்மைகளையும் தீமைகளையும் கொண்ட கலவை யாகத்தான் வெளிவருகின்றது. அதில் தீமைகளைக் களைத்து நன்மைகளின் பயன்களை அனுபவித்துக்கொள்ள நாம் கற்றுக் கொள்ளுதல் அவசியம். எமது சமூகத்தில் காணப்படுகின்ற மிகப் பெரிய பலவீனைம் மாற்றங்களை பலரும் உள்வாங்கத் தயங்குவதுதான். இந்த மனோபாவம். பலவேளைகளில் எமக்கு புதிய அனுபவங்களை கிடைக்கவிடாமல் செய்கிறதோ என என்னத் தோன்றுகின்றது. சாதாரணமாக வீட்டில் பயன்படுத்தும் பொருட்களில் தொடக்கம் இந்த மனோபாவம் எங்களிடம் காணப்படுகிறது. இது ஒரு பாதுகாப்பான வழிமுறை என்று வாதிடுவோரும் உள்ளனர். அதை மறுப்பதற்கு இல்லையே ஆனாலும் அதிமிஞ்சிய அந்த பாதுகாப்பு உணர்வே எமக்கு புதிய அனுபவங்களை விரைவாக கிடைக்க பெறவிடாமல் செய்கிறது.

எனக்கு தெரிந்த பெண்மணி ஒருவர் இன்றைவும் உடுப்புக்களைச் சலவை செய்வதற்கு சவர்க்காரத்தையே பயன்படுத்திகிறார். அதுவும் நீண்ட காலம் சந்தையில் உள்ள ஒரு வர்த்தக நாமம் கொண்ட அந்த சவர்க்காரத்தை அதிக விலை கொடுத்து வாங்கி பாவிப்பார், எவ்வளவு சொல்லி யும் சலவைத்துவினையோ அல்லது சந்தைக்கு வந்துள்ள சலவை இயந்திரம் போன்ற நவீன சாதனங்களையோ ஏற்றுக்கொள்வதில்லை. அதற்கு அவர் கூறும் காரணங்கள் விணோதமானவையாக இருக்கின்றது.

இந்தப் பெண்மணி போல் எம்மில் எத்தனைபேர் மாற்றங்களை உள்வாங்கத் தயங்கி அதனாலேயே பல நல்ல புதிய விடயங்களின் அனுபவத்தை பெற்றுமுடியாத வர்களாக எமது வாழ்வை குமையாக்கி வாழ்கிறோம். மாற்றம் ஓன்றே உலகில் மாறாதது என்பதனால் அந்த மாற்றங்களை முதலில் உள்வாங்குவதற்களாக நாம் மாறுவோம்; உலகில் மற்றவர்களைவிட முன்னோக்கி பயனிப்போம் என்ற சிந்தனையுடன் அடுத்த இதழில் சந்திக்கும் வரை விடைப்பெறுகிறோம்.

- ஆசிரியர் குழு -

சொர்க்கமும் நரகமும் ராம் செயல்களேயே உள்ளது

உலகத்தில் உங்களுக்கு பிடித்த இடம் எது? என்ற கேள்விக்கு அமெரிக்கா, சவிஸ்லாந்து, லண்டன் போன்ற இடங்களைத்தான் குறிப்பிடுகின்றோமே தவிர எமது வீடு தான் எமக்கு சொர்க்கம் என்ற பதிலினை சொல்வதற்கு எத்தனை பேர் தயாராக இருக்கின்றோம். ஏனெனில் எம்மில் பலருக்கு தமது வீடு நரகமாக தோன்றுகின்றது. நரகமாய் இருக்கும் வீடு சொர்க்கமாவதும், சொர்க்கமாய் இருந்த வீடு நரகமாவதும் கணவன் மனைவி நடந்துகொள்ளும் விதத்தில்தான் இருக்கிறது. கணவனும் மனைவியும் இப்படி இருந்து பாருங்கள் நீங்கள் சொர்க்கத்தைத் தேடிப்போகத் தேவையில்லை உங்கள் வீடு சொர்க்கமாகக் காட்சியளிக்கும்.

1. என்னாங்கள் வெவ்வேறாக இருந்தாலும், ஒருவர் என்னத்திற்கு ஒருவர் மதிப்புத்தந்து சொல்வதை காதில் வாங்க வேண்டும்.

2. கணவன் மட்டுமே வேலைக்குச் செல்லும் வீட்டில் என்னால்தான் குடும்ப பொருளாதாரம் இயங்குகிறது என்பதை எப்போதும் கணவன் வார்த்தைகளில் வெளிப்படுத்தக் கூடாது.

3. மனைவியும் வேலைக்குச் செல்லும் வீட்டில், நானும்தான் வேலைக்கு போறேன் என்ற வார்த்தையை மனைவி அடிக்கடி சொல்லக்கூடாது.

4. இவரிடம் இவரிடம் இதைச் சொன்னால் பெரிய பூக்கம்பமே வெடிக்குமோ என்ற பயத்தை ஒரு பேரூம்மனைவிக்கு கணவனும், கணவனுக்கு மனைவி யும் தரக்கூடாது. பொய்யின் ஆரம்பமே பயம்தான்.

5. எவ்வளவு பெரிய கண்ணட என்றாலும் உங்கள் இருவருமைப்பற்றி மட்டும்தான் பேசவேண்டும். கணவன் குடும்பத்தாரரைப் பற்றி மனைவியும், மனைவியின் குடும்பத்தாரரைப் பற்றி கணவனும் பேசவேகூடாது. தவறுகளில் மிகப்பெரியதவறு இது.

6. மனைவியைதனில் ஒரு பாதியாகப் பார்க்கா விட்டாலும் வேலைக்காரியாகப் பார்க்காமல் இருப்பது கணவனுக்கு அழகு.

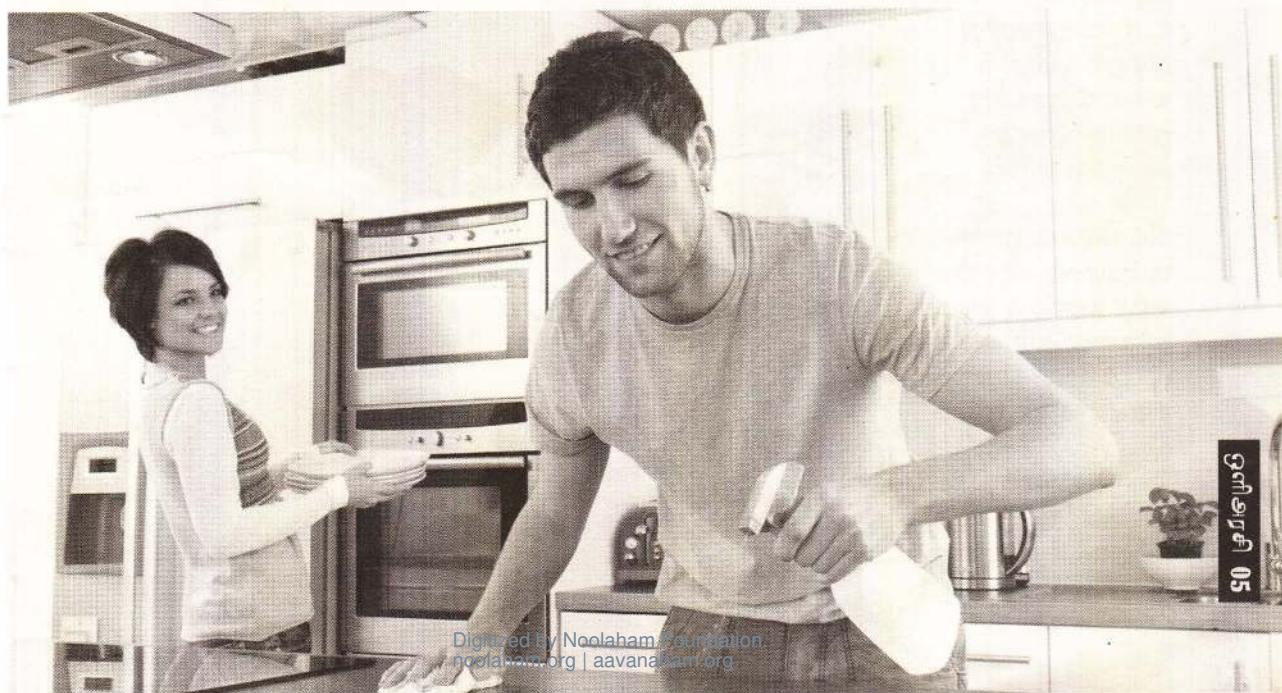
7. மனைவியை ஏற்றதுபோல் அவள் குடும்பத்தையும் முழுமனதாய் கணவன் ஏற்க

வேண்டும். கணவனை ஏற்றதுபோல் அவள் குடும்பத்தையும் முழுமனதாய் மனைவி ஏற்க வேண்டும். (இப்படி வாழ்ந்தால் முதியோர் இல்லங்கள் நிச்சயம் குறையும்)

8. கணவன் நண்பர்களுடன் ஊர் சுற்றிவிட்டு நேரம் கழித்து வீடு வருவது, மனைவியை மட்டும் வீட்டுக்குள்ளே ஆயுள் கைதி ஆக்குவது, அவளை வெளியுலகம் அறியவிடாமல் செய்வது தவறு. படிப்பறிவில்லா பெண்களை சில ஆண்கள் இப்படித்தான் நடத்துகின்றனர்.

9. கணவனும் மனைவியும் தனித்தனியே வெளியில் சென்றால் நேரமாய் வீடு திரும்ப வேண்டும். அப்படி நியாயமான காரணத்திற்காக தாமதம் ஏற்பட்டால் ஒருவர் சொல்லும் காரணத்தை மற்றவர் நம்பி ஏற்கக் கொள்ளவேண்டும்.

10. அம்மாவின் சமையல் பக்குவத்தை எதிர பார்த்து மனைவியின் சமையலை சாப்பிட்டு, ஏமாற்றம் என்றதும் அவளை திட்டக்கூடாது. அப்படி திட்டுவதாகயிருந்தால் அதற்கு முன் ஒன்றை யோசியுங்கள். திருமணம் ஆன புதிதில் உங்க அம்மாவும் இப்படித்தான் உங்க அப்பா விடம் திட்டு வாங்கி இருப்பார்கள் சமையலுக்காக. பக்குவம் என்பது, பார்த்தும் வந்துவிடக்கூடிய தல்ல. பல வருட அனுபவத்தில் வருவது. ■



நடைமுறை வெதாந்தம்

விடிகாலை பொழுதில்
குவிம் ஆடை விளக்கி
பாதி சுடு நீரில்
பக்குவாயாய் குவித்து

நேர்த்தியாகப் புட்கவயை
நேசமாக உடலுக்குடுத்தி
ஆலங்காய் புட்டை
அவசரமாய் கட்டி.

நேரத்தை விடவும்
வேகமாக வேலைசெய்து
பள்ளி புழுதி குடித்து
பள்ளி வறாப் பிழ்தி!

அதிபரின் கேள்விக்கு
ஆறுதலாய் பதிவிட்டு
வகுப்பிழ்குவ் நூலழுந்து
பாடத்தில் வேகமாகி

காலை உண்ணவை
மதிய உண்வாய் உண்டு
பின்னேர் பள்ளிலே
பின்சீற்றில் அமர்ந்து

வீடுவந்து சேர்ந்து
விறகுப்பில் சுமைந்து
உடுப்பு துவவத்து
முற்றம் பெருக்கி
ஏல்லாம் முடிந்து
ஸ்ரீவெடுக்கும்
வேலையாய்கு

பிள்ளைகள் தூங்க
பின்வாசல் வழியாக
வந்த கணவன் ஏராத் உடம்பிலே
ஏத்தனையோ வித்தைகாட்டி
முடிக்கின்ற பொழுதிலே
நன்மியாவு தூண்டும்

கோழி தூக்கம் கொண்டு
விழித்தெழுந்து மறுபடியும்
பல்துலக்கி மறுநாள்
வேலைகள் தொடரும்.





கணவன் :- கடவுளிடம் என் வேண்டினாய்?
மனைவி:- அடுத்த பிறப்பிலும் உங்களுக்கே மனைவியாக வேண்டும் என வேண்டினேன்.
கணவன் :- (மனதுக்குள்ளே) “நீ செத்தாலும் உன்னைப் பிடிச்ச சனியன் விட்டுப்போகாது” என்று ஜோசியக் காரன் சொன்னது சரியாத்தான் இருக்கு.

ஒருவர் :- என் வீட்டுக்காரிக்கு கோபம் வந்தால் ஒன்றிலிருந்து நூறுவரை எண்ணுவா?
மற்றவர் :- அதோட் அவாவின்ட கோபம் குறைஞ்சுமா?
முதலாமவர் :- இல்லை. நான் தோப்புக்கரணம் போட்டு முடிச்சுடுவேன்.



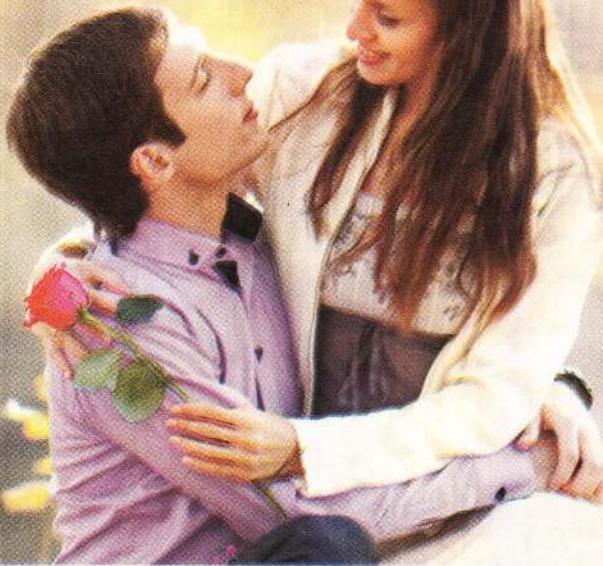
ஒருவர் :- என் மனைவியும் வேலைக்காரி அம்சாவும் ரோட்டல் கட்டிப் புடுச்சி சண்டை போடுராங்க.....
மற்றவர் :- “அதுல யாரு உங்க மனைவி?”
முதலாமவர் :- அதைத் தெரிஞ்சுக்கத்தான் இரண்டு பேருக்கும் சண்டை நடக்குது.



ஒருத்தி :- என்னடி இது. உன் செல்போனுல ஹஸ்பென்ட் - 2'னு ஒரு போன் நம்பரை சேவ பணி வைச்சிருக்கே?
மற்றவள் :- மானத்தை வாங்காதடி! இது என் கணவரோடு இரண்டாவது “சிம் கார்டோட்” நம்பரடி!



அப்பா :- ஏண்டா அழுத்டு இருக்கே?
மகன் :- அம்மா அடிச்சிட்டாங்கப்பா.
அப்பா :- அதுக்கு போய்யா அழுகிற.
மகன் :- போப்பா... உன்னை மாதிரியெல்லாம் என்னால் வலி தாங்க முடியாது.



ரெமாந்ஸ்

விரக்சியங்கள்

இருக்கிழங்கள் - 08

சாதாரணமாக கணவன் - மனைவிக்குள் எழும் சண்டை தான் வினோதத்துக்கும் ராஜிக்கும் இடையே எழுந்ததும். மெழுகுவர்த்தி ஊதினால் அணைந்து போகும். அடுப்புத் தீ ஊத ஊத பெரிதாகத்தானே ஏரியும். அடுப்பாகத்தான் புகைந்தது அவர்களின் பூசலும். அதில் உலையாகக் கொதித்தது உயிரிக் காதல்.

“என்னோட சம்பளத்துல நாலு உடுப்பு வாங்கக்கூட எனக்கு உரிமை இல்லையா?” என்று ராஜி கேட்க, வினோத் உதடு துடிக்கச் சொன்னான்,

“நாலு உடுப்பா? இந்த ரெண்டு மாசத்துல மட்டும் நீ நாப்பது உடுப்பு வாங்கியிருப்ப. அது மட்டுமா? போன மாசம் உங்கம்மாவுக்குப் பிறந்த நாள்னு நாலாயிரம் ரூபாவுக்குப் பட்டுப்புடவை எடுத்துக் கொடுத்த...”

“ஏன்... எடுத்துத் தரக் கூடாதா? உங்கிட்ட அனுமதி கேக்கணுமா? எதுக்கெடுத்தாலும் உங்கப்பாகிட்ட போய் தலையைச் சொறிஞ்சுக்கிட்டு உங்க அம்மா நிக்கற மாதிரி யெல்லாம் என்னால் நிக்க முடியாது. இது என்னோட காச. அப்படித்தான் செலவழிப்பேன்.”

“திமிரும். சம்பாதிக்கிற திமிர்... அதான் எங்கம்மா அப்பாவைப் பத்தியெல்லாம் பேச வைக்குது. எனக்குத் தேவைதான். இந்தப் பொண்ணு வேணாம்டா.. வாழ்க்கைக்கு ஆகாதுனு எங்கம்மா சொன்னாங்க. நான் கேக்கலையே”

அவனையறியாமல் கோபத்தில்தான் வார்த்தைகளை விட்டுவிட்டான். ஆனால், ஓர் இளம் மனைவியால் - அதுவும் காதல் மனைவியால் தாங்கிக்கொள்ளவே முடியாத மிக மிகக் கடினமான வார்த்தைகள் அவை.

ராஜி ஆக்திரமும் அழுகையுமாகக் கதறினாள். அவனை, அவன் பெற்றோரை, அவனுடன் வேலை பார்க்கும் பெண்ணை எல்லோரையும் இழுத்தாள் சண்டையில்.

கணவனையும் மனைவியையும் தவிர வேறு யாரும் இல்லாத வீட்டுக்குள் பிரச்சினை என்று வந்துவிட்டால், அது எந்தக் கட்டடம்வரை வேண்டுமானாலும் போகும். அந்த நேரத்தில் என்ன வார்த்தைகளைப் பிரச்சினை ஆக்குவது கிடைக்கிறார்கள்

“உன் முன்னால்
மட்டுமிழ்தான்
சிரிப்பை யணக்கும்-
பார்த்தைகளை
விழிக்குங்கும்
இடம்மாற்றி
விடுகிறேன்...”

- ப.சாந்தி -

போட்ட பஞ்ச முட்டையைப் போலத்தான் ஊறி, கனத்து திரும்ப எடுக்கவே முடியாதபடி ஆகிவிடும்.

கடைசியில் எதனால் பிரச்சினை ஆரம் பித்ததோ அது மறந்துபோய், வந்து விழுந்த வார்த்தைகளே வில்லனாகி விரிசலை ஏற்படுத்தும்.

“நீ இப்படியெல்லாம் பேசின பிறகு எந்த முகத்தை வச்சிக்கிட்டு உன்னோட வாழ்ந்து?” என்கிற கேள்வி வரும். அம்மா, அப்பா என்று பிறந்த வீட்டில் போய்ப் பிரச்சினையைச் சொன்னாலோ இன்னும் மேலூம்.

“என் மக வாழ்க்கையே போச்சே...” என்கிற அழுகையிலும் அவர்கள் விடும் சாபத் திலும் நாமங்கும் கொஞ்சம் பொறுத்திருக்கலாம் என்கிற இலேசான குற்ற உணர்வும் காணாமல் போய், அந்த மகா பாதகனிடம் எப்படித் தான் இத்தனை மாதங்கள் குப்பை கொட்டி னோமோ என்று மனம் பொரும்.

ராஜிக்கும் அப்படித் தான் நடந்திருக்க வேண்டும். ஆனால், அவள் அதிர்ஷ்டம். ராஜியின் அப்பா கொஞ்சம் தெளிவானவராக இருந்தார். மகள் பிரச்சினை யுடன் வந்துமே அவர் முதலில் போய் சந்தித்தது மனோஜத்தான். நடந்ததையெல்லாம் அவனிடம் கேட்டறிந்தார். பிறகு, நேராக மனைவியிடம் வந்து, “நீ அவளைக் குழப்பாதே” என்று தெளிவாகச் சொன்னவர், மகளை தனியே அழைத்துப் பேசினார்.

அவள் மனதில் இருந்த அத்தனையையும் கொட்ட அனுமதித்தவர், “நீ இன்னின்ன தப்பையெல்லாம் செஞ்சியா?” என்று கேட்டார். “ஆம்” என்று தலையசைத்து, ஆச்சரியத்துடன் நோக்கியவளிடம், விரிவாகப் பேசினார்.

“நான் இப்பதான் மாப்பிள்ளையைப் பார்த்துட்டு வர்றேன். ரொம்ப பீல் பண்ணார்மா. நீ என்னென்ன பேசினனு சொல்றதுக்குக்கூட அவ்வளவு தயங்குறாரு. நீ என்னடான்னா, அவ்வளவு பழியையும் அவர் மேல போடுற. அவர்கிட்ட கேக்காம கடைக்குப் போறதுல தப்பில்லம்மா. உங்க ரெண்டு பேருக்கும் இடையில் அதுக்கான புரிந்துகொள்ளுதல்

இருந்திடுச்சுன்னா எதுவுமே தப்பில்ல. ஆனா அவருக்கு ஏற்கெனவே நீ அவரை மதிக்கற தில்லையோங்கற என்னம் இருக்கு. அதை நீதான் உருவாக்கி வெச்சிருக்கிற. அதை நீயே மாத்தி, நம்பிக்கையை ஏற்படுத்திட்டேனா நீ என்ன செஞ்சாலும் அவர் என்னு கேக்க மாட்டார். நீ பெரிசா நான் பெரிசாங்கறது இல்லம்மா வெற்றி; நீங்க ரெண்டு பேரும் சேர்ந்து வாழுற வாழ்க்கைதான் பெரிசங்கறதை நீயும் அவரும் புரிஞ்சுக்கனும். அதுதாம்மா வெற்றி.

‘நம் புருஷன் தானே’னு சுலபமாக நினைச்சு, காயப்படுத் துற மாதிரி நீ பேசிட்ட. என்ன இருந்தாலும் நம்ம புருஷன் இல் லையா? அவர் மனசை நோகலாமாங்கற என்னம் உன் மனசல இருந்திருந்தா அப்படி பேசியிருக்க மாட்ட...’

அவர் பேசப் பேசத் தான் செய்த தவறு புரிந்தது ராஜிக்கு. மருமகனிடமும் அதே வார்த்தைகளைத்தான் பக்குவமாக எடுத்துச் சொல்லியிருந்தார். “நீ நல்லா யோசி. நானும் அம்மாவும் கொஞ்சம்

கடை வரைக்கும் போய்ட்டு வர்றோம்.” என்று மனைவியையும் இழுத்துக்கொண்டு கிளம்பினார்.

அடுத்த அரை மணி நேரத்தில் வினோத் தயங்கித் தயங்கி ராஜியின் வீட்டுக்கு வந்து காலிங்பெல்லை அடித்தான். பெற்றவர்களை எதிர்பார்த்து கதவைத் திறந்த ராஜிக்கு, வினோத்தைப் பார்த்துமே அடிவயிற்றிலிருந்து வெடித்துக் கிளம்பியது இன்னதெரியாத ஒர் உணர்வு.

விசும்பலும் அழுகையுமாய் முதல் சில நிமிடங்கள்...

மன்னிப்பும் கெஞ்சலுமாய் அடுத்த சில நிமிடங்கள்...

ஆக்ரோஷ அணைப்பில் அடுத்த சில நிமிடங்கள் கழிய...

எங்கிருந்தோ காற்றில் மிதந்து வந்தது பழைய பாடல் ஒன்று...

“பிரிந்தவர் மீண்டும் சேர்ந்துவிட்டால் அங்கு பெண்ணமையின் நிலை என்ன?”

மொனம்!

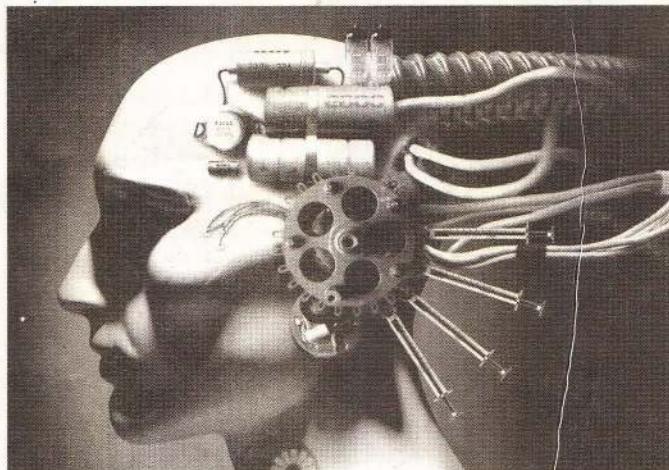
நினைவாற்றலை உள்பீப்ஸ்டு எப்படி?

நினைவாற்றல் என்பது ஒரு திறமை. தக்க பயிற்சிகளின் மூலம் எவரும் நினைவாற்றலை வளர்த்துக்கொள்ள முடியும்.

ஒருவர் நினைவாற்றல் நன்றாக இருப்பதற்கு தன்னம் பிக்கை, ஆர்வம், செயல், ஊக்கம், விழிப்புணர்வு, புரிந்து கொள்ளல், உடல் நலம் போன்ற ஆறு முக்கிய கோட்பாடுகள் காரணமாக இருக்கின்றன.

1. தன்னம்பிக்கை

என்னால் செய்திகளை நன்றாக நினைவில் வைத்துக் கொள்ள முடியும்; எனது மூளைத்திறன் நன்றாக இருக்கிறது; எனக்கு மன ஆற்றல் நன்றாக இருக்கிறது போன்ற நம்பிக்கை முதலில் வேண்டும். நான் எப்படித்தான் இவற்றையெல்லாம்



படித்து நினைவில் வைக்கப்போகிறேனோ, எனக்கு ரூபக சக்தி சுற்றுக் குறைவாகத்தான் இருக்கிறது; அடிக்கடி எனக்கு மறந்து போய்விடுகிறது - என்று தங்களைப் பற்றியே தாங்கள் கொள்கின்ற அவநம்பிக்கையை விடவேண்டும்.

நினைவாற்றல் என்பது மூளையின் ஒரு திறமை. அதனைப் பயன்படுத்தப் பயன்படுத்த பயிற்சியாலும் - முயற்சியாலும் அந்தத் திறமையை வளர்த்துக்கொள்ள முடியும். இந்த உண்மையை உணர்ந்து ஏற்றுக்கொண்டு நினைவாற்றலை வளர்க்கமுடியும் என்ற நம்பிக்கையுடன் செயற்பட்டால் அற்புத நினைவாற்றல் பெறமுடியும்!

2. ஆர்வம்

ஆர்வம் காட்டுகிற விடயங்கள் நினைவில் நன்றாகப் பதியும். இயற்கையாக ஆர்வம் இல்லாவிட்டால் கூட ஆர்வத்தை ஏற்படுத்திக்கொண்டு கவனித்தால் - பதிய வைத்தால் நினைவில் நிற்கும்.

3. செயல் ஊக்கம்

இந்தச் செய்திகளை ஏன் நான் தெரிந்துகொள்ள வேண்டும், எனக்கு எவ்வகையில் இது பயன்படும் என்று உங்களோடு இணைத்து தெளிவுபடுத்திக்கொண்டால் செய்திகள் நினைவாற்றல் நிற்கும்.

உதாரணத்திற்கு ஹோட்டல் ரெசிடென்டிக்கு நாளை காலை 4 மணிக்கு நீங்கள் வந்தால் உங்களுக்கு 5 இலட்சம் ரூபா கொடுக்கப்படும் என்று ஒருவர் உங்களிடம் சொன்னால் நீங்கள் மறந்துவிடுவீர்களா? தேவையை - அவசியத்தை நன்றாக உணர்ந்த விடயங்கள் நன்றாகப் பதிகின்றன.

4. விழிப்புணர்வு

மனம் விழிப்பு நிலையில் இருக்கும் பொழுது கவனமும் - ஒருமைப்பாடும் மிகச்சிறந்து இருக்கும். விழிப்புணர்வு அதிகரிக்கும்தான் பயிற்சிகளும், யோகா சனப் பயிற்சிகளும் துணைபுரியும். உங்களுக்குப் பிடித்த எந்த அமைப்பின் மூலமும் இவற்றைக் கற்று முறைப் படி பயிற்சி செய்தால் மனத் தெளிவும், அமைதியும், விழிப்புணர்வும் பெறலாம். வேதாத்திரி மகரிஷியின் பயிற்சிகளும், சமர்ப்பணம் - வாழும் கலைப் பயிற்சிகளும், சசா யோக மையப் பயிற்சிகளும், ஒசோ ரஜினிஷ் பயிற்சிகளும், கிருஷ்ணமாச்சார்ய யோகமந்திரம் (சென்னை) முதலிய அமைப்பு பயிற்சிகள் விஞ்ஞானபூர்வ மானதாக அற்புதமானவையாக இருக்கின்றன.

5. புரிந்துகொள்ளல்

புரிந்துகொண்ட விடயங்கள் நினைவில் நன்றாக இருக்கின்றன. புரியா விட்டால் - தெரியாவிட்டால் கூச்சம், அச்சம், தயக்கம் இல்லாமல் ஏன்? எதற்கு? எப்படி? எவ்வாறு? எங்கு? யார்?... என்று கேள்விகளைக் கேட்டு புரிந்துகொள்ளுங்கள்.

6. உடல் ஆரோக்கியம்

உடல் ஆரோக்கியமாக இருக்கும் போது நினைவாற்றல் நன்றாக இருக்கும். ஒருவர் மிகவும் நோய்வாய்ப்பட்டு தளர்ந்திருக்கும் நேரத்தில் செய்திகளை நினைவில் வைப்பதே சிரமமாக இருக்கும். ஆரோக்கியமான உடலில் மூளைக்கு நிறைய இரத்தோட்டம், காற்றோட்டம் சென்று மூளை சுறுசுறுப்புடன் இயங்கும். தக்க உணவு, சரியான உறக்கம், முறையான பயிற்சிகள் மூலம் உடலை நன்கு பேணிப் பாதுகாத்தால் நினைவாற்றல் நன்றாக இருக்கும்.

உங்கள் குழந்தைகள் முரடா?

சில குழந்தைகளிடம் காணப்படும் முரட்டுத் தனத்தைப் பிஞ்சுப் பருவத்திலேயே சரிசெய்யா விட்டால் அவர்கள் பெரியவர்கள் ஆன பின்னரும் அது தொடரும்.

தங்கள் பெற்றோரிடம் முரட்டுத்தனத்தை வெளிப்படுத்துவதில் ஆண் குழந்தை - பெண் குழந்தை என்ற பேதமில்லை. முதலில் கடும் வார்த்தைகளைப் பயன்படுத்துவார்கள். சின்ன விடயங்களுக்கும் கூச்சல் போடுவார்கள். கெட்ட வார்த்தைகள் கூடப் பேசுவார்கள். குழந்தைகள் ஆசைப்படும் ஒன்றை மறுக்கும் போதோ ஏமாற்றத்திற்கு உள்ளாகும்போதோ இப்படித் தங்கள் கோபத்தை அவர்கள் வெளிப் படுத்துவார்கள். பொது வாகத் தங்கள் தவறுகளுக்கான தண்டனை யிலிருந்து தப்பிபி பதற்காகவும் இது பொன்ற செயல் களில் குழந்தைகள் ஈடுபடுகின்றனர்.

கடும் வார்த்தைகளைப் பயன்படுத்தியும் தங்கள் எண்ணம் நிறைவேறாத நிலையில் அவர்கள் உடல் ரீதியான வன்முறையிலும் இறங்குவதைப் பார்க்கலாம். பொருட்களை ஏறிதல், தங்களையே வதைப்பது, பொருட்களை உடைப்பது, பெற்றோரை அடிப்பது போன்றவை அடுத்த கட்டம். பொதுவாக சகிப்புத்தன்மை கொண்டவர்களாக இருப்பதால் குழந்தையின் வன்முறையால் அதிகம் பாதிக்கப்படுவது அம்மாக்கள்தான். இந்த அனுபவம் அந்த அம்மாக்களை மிகவும் சங்கடத்துக்கும் உள்ளாக்கும். ஆனால், குழந்தைகளின் முரட்டுத்தனத்தைப் பெற்றோர்கள் சரியான சமயத்தில் பொருட்படுத்தாமல் போனால் பெரியவர்களான பின்னரும் அப்பிரச்சினை தொடரும்.

இரு குழந்தை முதல்முறை முரட்டுத்தனமான செய்கையை வெளிப்படுத்தும்போதே அதைப் பெற்றோர்கள் கவனித்து கண்டிப்பது அவசியம். குழந்தையின் முரட்டுத்தனமான நடவடிக்கைகளை அப்பாவோ, அம்மாவோ யாரோ ஒருவர்

மென்மையாக ஆதரித்தாலும் குழந்தை தனது போக்கைக் கைவிடாது.

ஒரு குழந்தையின் உணர்வு ரீதியான ஆரோக்கியத்திற்கும் வளர்ச்சிக்கும் இந்த முரட்டுக் கோபத்திலிருந்து விடுபடுவது அவசியம். சுற்றியுள்ளவர்களைப் பாதிக்காமல் குழந்தைகள் தங்களது உணர்வுகளை வெளிப்படுத்துவதற்குக் கற்றுக்கொடுப்பது அவசியமானது. விளையாட்டுகள் மற்றும் கேரம் போர்டு ரூபக் சதுரம் ஆகியவை மூலம் தேவையற்ற கோபத்தைக் குழந்தைகளிடம் படிப்படியாகக் குறைக்க முடியும். வெற்றியைக் கொண்டாடுவது

போன்ற தோல் வியையும் ஏற்றுக் கொள்ள குழந்தைகளுக்கு விளையாட்டுகள் உதவும். கணிப் பொறுப்பில் வீடியோ கேம் ஆடும் பெரும் பாலான குழந்தைகள் தாங்கள் தோற்கும் நிலை வரும் போது அதனை நிறுத்தி விடுகின்றனர். எதிரில் மனிதர்கள் விளையாடாத நிலையில் அந்த அனுபவம் யதார்த்த வாழ்க்கையைக் கற்றுக்கொள்

வதற்கு எந்த உதவியும் புரிவதில்லை. மனிதர்களுடன் ஏற்படும் உணர்வு ரீதியான உறவுகளின் மூலமே குழந்தைகளால் கற்றுக்கொள்ள முடியும்.

குழந்தைப் பருவத்தில் வெளிப்படும் முரட்டுத் தனம் அவர்கள் பெரியவர்களுக்கும் போது அந்த ஆளுமையின் ஒரு பகுதியாகவே மாறிவிடவாய்ப்புண்டு. அலுவலக சகாக்கள், மனைவிமற்றும் குழந்தைகளிடமும் அது வன்முறையாக நீட்சியடையும்.

குடும்ப வன்முறை என்பது ஆண்களால் மட்டுமே பிரயோகிக்கப்படுவது என்பது பொதுவாக இருக்கும் நம்பிக்கை. ஆனால், அது உண்மை அல்ல. பெண்களும் உடல் ரீதியான வன்முறைகளை வெளிப்படுத்துபவர்களாக இருக்க முடியும். அதனால் குழந்தைப் பருவத்திலேயே இதுபோன்ற சிக்கல்களைச் சரிசெய்வது அவசியம்.



கஞ்சக்கல் வெற்றியன் முகல் படியல்

பாதிக்கப்பட்ட மக்களுக்கு உதவும் மனப்பான்மை கொண்ட சமூகசேவையாளர், பெண்கள் மீதான எதிரான வன்முறைகளுக்கு எதிராக குரல்கொடுத்து பெண்களின் உரிமைகளுக்காக பாடுபடும் பெண்ணியவாதி, கிராம மட்டத்தில் பாதிக்கப்பட்ட மக்களுக்கு உதவுவதற்கான விழுது மேம்பாட்டு மையத்தின் பணிப்பாளர், கலை கள், நாடகங்கள், தொலைக்காட்சி நிகழ்ச்சிகள் போன்ற வற்றில் ஆர்வமுடைய கலைஞர் என பன்முகங்களைக் கொண்ட திருமதி சாந்தினி சக்சிதானந்தம் அவர்களை இம்மாத நட்சத்திர இல்லத்தரசியாக தெரிவுசெய்து அவர்களுடைய அனுபவங்களை உங்களுடன் பகிர்ந்து கொள்வதற்காக ஒளி அரசி சார்பில் அனுகினோம். தெளிவான சிந்தனையும் எந்த விடயத்தையும் ஆழந்து நோக்கும் அறிவும், ஒரு விடயத்தை அனுகும் ஆற்றலும் பார்த்தவுடனேயே அவர்மீதான மரியாதையும் மதிப்பையும் எமக்கிடையே உயர்ச்செய்தது.

யாழ்ப்பானத்தை பூர்வீகமாக கொண்டிருந்தாலும் இவர் பிறந்து வளர்ந்ததெல்லாம் கொழுமிழில்தான். தனது பாடசாலைக் கல்வியை சென். பீற்றல் கொன் வென்றில் முடித்துக்கொண்ட இவர் மொரட்டுவப்



இலங்கைத் திருநாட்டில்
எடுத்துக்காட்டாக
இருக்கும் பெண்களின்
பெருமைகளை ஒளி அரசி
மூலம் பிரசரீக்கவே இப்பகுதி.
அந்தவகையில் ஆகஸ்ட் மாத
நட்சத்திர இல்லத்தாசியாக
பிரபல பெண்ணிபவாதியும்
விழுது மேம்பாட்டு மையத்தின்
பணிப்பாளருமான திருமதி
சாந்தினி சக்சிதானந்தத்துடன்
ஒரு நேர்காணல்



“குடில்லை, இருமி, செயல்” என்பதுநன்றாக சிறுவர்கள் நண்களைத் தயங்கவொருமூலம் பழனிய போயிருப்பொயனும் கூறப்பற்றிக்கொண்டிருப்பார்கள்

பல்கலைக்கழகத்தில் கட்டடக்கலையில் பட்டப்படிப்பை முடித்து வெளியேறினார். தான் கல்வி கற்றுக்கொண்டிருந்த காலத்திலேயே பொதுச்சேவைகளிலும் நாடகத்துறை போன்ற கலை கலாசார விழுமியங்களிலும் மிகுந்த ஆர்வமுடையவராக இருந்த காரணத்தினால் கட்டடக்கலையில் பட்டப்படிப்பை முடித்திருந்தாலும் கூட படிப்பை முடித்த பின்னர் மேடை நாடகம், தொலைக்காட்சி நிகழ்ச்சிகள் என்பவற்றில் தனது கவனத்தைச் செலுத்தினார். தமிழர்களின் வாழ்க்கையும் விழுமியங்களையும் புரட்டிப்போட்ட இனக்கலவரத்தின்போது இடம்பெற்ற பாதிப்புக்கள் இவரது குடும்பத்தையும் விட்டு வைக்கவில்லை. 1983 இல் ஏற்பட்ட இனக்கலவரத்தின் காரணமாக சொத்துக்கள் சொந்தபந்தங்களை எல்லாம் இழந்து யாழ்ப்பாணத்துக்கு இடம்பெயர்ந்தார்.

வாழ்வில் துன்பங்கள் வரும்போது துவன்டுபோகிறவன் சாதாரணமனிதனாகிறான். ஆனால், அந்தக் துன்பங்களை சந்தர்ப்பங்களாகப் பயன்படுத்தி அதை எதிர்கொள்பவன் சாதனையாளன் ஆகின்றான். சாந்தினி இரண்டாவது வகையைச் சேர்ந்தவர் என்னாம். இடம்பெயர்ந்து யாழ்ப்பாணத்தில் தங்கியிருந்த காலப்பகுதில் மிகவும் உத்வேகத்துடன் பொதுச்சேவைகளைச் செய்ததுடன் வன்முறையால் பாதிக்கப்பட்ட பெண்களுக்கு ஆதரவாக நிறைய பணிகளை முன்னெடுத்து துன்பங்களை சந்தர்ப்பமாகப் பயன்படுத்திக்கொண்டார்.

யாழ்ப்பாணத்திலிருந்து இந்தியா நோக்கி மீண்டும் ஒர் இடம்பெயர்வு அகதி வாழ்க்கை என சிறிது காலம் கழிந்தது. 1989 ஆம் ஆண்டு மீண்டும் இலங்கை திரும்பி பொதுச்சேவை, தொண்டு நிறுவனப் பணியெனதனது வாழ்க்கையை பொதுச்சேவைகளுடன் இணைத்துக்கொண்டார்.

“விழுதுகள் அமைப்பினுடாக பாதிக்கப்பட்ட மக்களுக்கு கிராமிய மட்டத்தில் பல்வேறு பணிகளை செய்துவருவதாக அறிகின்றோம். அது தொடர்பாக உங்கள் பங்களிப்பினை சிறிது கூற முடியுமா?” என வினா வவே சற்று நிதானித்து தொடங்கினார்...

பல்வேறு வகையிலும் பாதிக்கப்பட்ட பெண்களை வலுப்படுத்தி அவர்களுக்கு உதவும் முகமாக 1990 களில் யாழ்ப்பாணம், மட்டக்களப்பு, முதூர் போன்ற பிரதேசங்களில் கிராமிய மட்டத்தில் அமைப்பினை உருவாக்கி அதன் மூலம் யுத்தத்தால் பாதிக்கப்பட்ட மக்களுக்காக சேவைகளை ஆரம்பித்தோம். இவ்வாறு ஆரம்பிக்கப்பட்ட கிராமிய அமைப்புக்களை பன்னிரண்டு வகையமைப்புக்களாக உருவாக்கி பாதிக்கப்பட்டவர்களின் முன்னேற்றத்திற்கு உதவி செய்து வந்த வேளையில், அதன் ஒரு தொடர்ச்சியாக 2003 ஆம் ஆண்டு ‘விழுது’ என்ற அமைப்பினை ஆரம்பித்தோம் எனத் தெரிவித்தார். விழுது என்ற நிறுவனத்தினை தொடங்கக் காரணமாக இருந்த எண்ணக்கரு மிகவும் பரந்து விரிந்ததும் ஆழமான சிந்தனையைக் கொண்டதுமாகும். 2003 ஆம் ஆண்டில் இந்நிறுவனத்தை ஆரம்பிக்கின்றபோது ஏத்தாழ பதினாறு வருடங்கள் பொதுச்சேவையில் ஈடுபட்ட அனுபவம் காணப்பட்டது. அந்த அனுபவம் ஒரு படிப்பினையைப் பெற்றுத்தந்தது அது என்ன வெனில், தொண்டு நிறுவனங்களினால் செய்யப்படும் உதவிகள் பாதிக்கப்பட்டவர்களின் குறிப்பிட்ட எண்ணிக்கை அளவானவர்களின் தற்காலிக பிரச்சினைகளுக்கு மட்டும் தீவு காணுமே தவிர ஒட்டுமொத்த சமுதாயத்திடமும் எந்தப் பெரிய மாற்றத்தையும் கொண்டுவருவதாக அமைய வில்லை. இவற்றிற்கு காரணம், சமுதாயத்தில் அடிப்படை மாற்றங்கள் ஏற்பட வேண்டுமெனில் நல்லாட்சி முறை (Good Governance) ஒன்று உருவாக்கப்பட்டு அது மக்களிடத்தே மாற்றத்தினை ஏற்படுத்த வேண்டும் என எதிர்பார்க்கின்றோம். இதன் விளைவுதான் விழுதுகள் நிறுவனம். இந்நிறுவனம் நாட்டில் நல்லாட்சி முறைமையை கொண்டுவருவதை நோக்க மாகக் கொண்டு கடந்த பத்து வருடங்களாக செயற்பட்டு வருகின்றது என்றார்.

“இன்று தினசரிகளை எடுத்துப் புரட்டினால் பெண்கள், சிறுவர்களுக்கு எதிரான வன்முறைகள் தினமும் நடைபெற்றுக் கொண்டிருக்கும் செய்திகள் அதிகளவு வருகிறது. குறிப்பாக வடக்கு, கிழக்குப் பகுதிகளில் இது இன்றைக்கு அதிகமாக இடம்பெறுவதாக குறிப்பிடுகின்றது. ஒரு சமூக சேவகியாக ஒரு பெண்ணியவாதியாக நீங்கள் இதை எவ்வாறு பார்க்கின்றீர்கள்” எனக் கேட்டபோது...

நீங்கள் அண்மைக்காலமாக பார்த்திர்களானால் முப்பது வருடால் யுத்தத்தின் பின் தாய், தந்தையை இழந்து, பிள்ளைகளை இழந்து அநாதையாக தாயும் மகனும், அன்னனும் தங்கையும், அக்காவும் தங்கையும், பாட்டியும் பேரனும் நிர்க்கத்தியாகி தற்போது தனிப்படுத்தப்பட்ட வாழ்க்கையை வாழ்ந்துகொண்டிருக்கின்றார்கள். இவர்களின் தனிமைப்படுத்தப்பட்ட வாழ்வில் பாதுகாப்பின்றி வாழ்கின்றார்கள். இதனால் சமூகத்தில் அதிகப்படியான சிறுவர் துஷ்பிரயோகம், கொலை, கொள்ளை என பலவித இன்னல்களுக்கு ஆளாக வேண்டியுள்ளது. முன்பெல்லாம் கூட்டுக்குடும்பமாக வாழும் பொழுது பாதுகாப்பு அதிகப்படியாக இருந்தது. தற்போது தனிமைப்படுத்தப்பட்ட வாழ்வில் பாதுகாப்பில்லை. எனவேதான் குற்றச்செயல்கள் அதிகரித்துள்ளன. வடக்கு கிழக்கு பிரதேசங்களில் முழுக்க முழுக்க இராணுவ மயப்படுத்தப்பட்டுள்ளதால் அவர்களது குடும்பங்கள் வெவ்வேறு பகுதிகளில் வாழ்கின்றார்கள். எனவே, இவர்களது இச்சைக்கு சிறுவர்களும் பெண்களும் ஆழாகின்றார்கள்.

சிறுவர்களை பொறுத்தவரையில் தாங்களாகவே காப்பாற்றிக் கொள்ள, “இல்லை, ஓடு, சொல்” என்ற புதிய பொறிமுறை ஒன்றை

உருவாக்கப்பட்டுள்ளது. அதாவது, ஒவ்வொரு பிரதேசத்திலும் உள்ள சிறார்களுக்கு அறிமுகம் இல்லாத ஒருவர் உண்ணைத் தொடும் போது இல்லை என்று சொல்; அவர் உண்ணை நெருங்கும்போது அந்த இடத்தைவிட்டு ஓடு; உங்கு நெருக்கமான ஒருவரிடம் உங்கு நடந்ததைச் சொல் என ஒவ்வொரு பிரதேசங்களிலும் உள்ள சிறார்களுக்கு பயிற்சி அளிக்கின்றார்கள். இதை சரியான முறையில் சிறுவர்கள் கையாள்வார்கள் எனில், 60 சதவீதம் தங்களைக் காப்பாற்றிக் கொள்ள முடியும் என்றார்.

மனிதப்படைப்பில் ஒவ்வொருவரும் தாம் எங்குள்ளோம், எந்த நிலையில் உள்ளோம், எவ்வாறு உள்ளோம் என கொஞ்சம் சிந்திப்போமானால், எமது வாழ்வில் வெற்றி நிச்சயம். நாம் சிந்திக்க தொடங்கி விட்டாலே வெற்றியின் முதற்படிதான். நாம் சுயமாக வாழப்பழகிக்கொள்வது எமது வாழ்வுக்கு சிறந்தது. ■

இளம் வயதில் நோபல் பரிசுபெற்ற பெண்

ஏமன் நாட்டைச் சேர்ந்த தவக்குல் கர்மான் மனித உரிமை ஆர்வலர், இதழியலாளர், அரசியல்வாதி எனப் பல முகங்களைக் கொண்டவர். பெண்களுக்கென கட்டுப்பாடுகள் நிறைந்த அரபு நாட்டில் பிறந்தாலும் வர்த்தகப் பாடத்தில் இளங்கலைப் பட்டம் பெற்றார். அத்துடன், தன் படிப்புக்கு முற்றுப்புள்ளி வைத்துவிடாமல் அரசியல் அறிவியலில் முதுகலைப் பட்டமும், சட்டக்கல்வியில் முனைவர் பட்டமும் பெற்றார்.

மனித உரிமை பாதுகாப்புக்காக 2011ஆம் ஆண்டு நடைபெற்ற ஏமனியப் புரட்சியில் அவி அப்துல்லா சாலேவின் அரசுக்கு எதிரான பேரணிக்கு மாணவர்களை ஒருங்கிணைத்தார். போராட்டங்களில் பங்கேற்று பலமுறை சிறைக்குச் சென்றிருக்கிறார். சிறையில் இருந்து வெளிவந்தாலும் சோர்ந்து போகாமல் மீண்டும் போராட்டங்களைக் கையிலெடுப்பார். பெற்றவரி முன்றாம் நாளை ‘பெருங்கோப நாள்’ என்று அறிவித்தார்.

பெண்களின் பாதுகாப்புக்காக, ‘எல்லை களற்ற பெண் இதழியலாளர்கள்’ என்ற

அமைப்பை நிறுவி அதன் தலைவராகவும் பதவி வகிக்கின்றார். பெண்கள் முன்னேற்றத்திற்கு குரல்கொடுத்த அதே நேரத்தில் ஊடகங்களில் பெண்களின் பங்கேற்பு குறித்த விழிப்புணர்வை யும் ஏற்படுத்தினார். ஏமன் நாட்டு மக்களால் ‘இரும்புப் பெண்மணி’, ‘புரட்சித் தாய்’ என அழைக்கப்படுகிறார்.

2011ஆம் ஆண்டு லிபேரியா நாட்டின் எல்லெலன் ஜான்சன், லேமா குபோவீ ஆகியோரு டன் சேர்ந்து பெண்கள் பாதுகாப்பு, சமாதானத் தைக் கட்டியெழுப்புதல், பெண்கள் உரிமை களுக்கான வன்முறையற்ற போராட்டம் ஆகிய வற்றுக்காக அமைதிக்கான நோபல் பரிசைப் பெற்றார்.

உலகிலேயே நோபல் பரிசு பெறும் முதல் அரேபியப் பெண்ணாகவும், இரண்டாவது இஸ்லாமியப் பெண்ணாகவும் வரலாறு படைத்துள்ளார் தவக்குல் கர்மான். உலகிலேயே இளம் வயதில் நோபல் பரிசு பெற்ற பெண்ணும் இவர்தான். தான் பெற்ற நோபல் பரிசை ஏமன் நாட்டுப் பெண்களுக்கு அர்ப்பணிப்பதாகக் கூறியிருக்கிறார் தவக்குல் கர்மான்.



காதலி தேடுக்கொடுத்த மனைவி

அந்தியாயம் - 10



வீட்டை அண்மித்தபோது...

அவன் கண்ட காட்சி...

வீட்டு முற்றத்தில் யார் யாரோ கூடியிருந்தார்கள். அதனைக் கண்டவுடன் அவன் உள்ளம் பதறியது.

‘வீட்டில் ஏன் இவர்கள் கூடியிருக்கிறார்கள்?’ என்று சிந்தித்தபடி காரைத் தூரத்திலேயே நிறுத்திக்கொண்டான்.

காரிலிருந்து இறங்கியவன் தட்டுத்தடுமாறிய படி வீட்டை நோக்கி நடந்தான்.

வாசலை அடைந்தான். இப்போது உள்ளே அந்தக் காட்சி தெளிவாகத் தெரிந்தது.

எண்ணெய் விளக்குகள் பிரகாசமான ஒளியை வீசிக்கொண்டிருந்தன.

ஊதுவத்திகள் புகையைக் கக்கிக்கொண்டிருந்தன.

அவனால் அதற்கு மேலும் பொறுக்கமுடிய வில்லை.

“தேன்மொழி!” என்று அடிக்குரலால் அலறினான். அவனின் தொண்டை அடைத்தது. சத்தம் வெளிவர மறுத்தது.

தட்டுத்தடுமாறி நின்ற திலைபனைக் கண்டதும் கூடியிருந்த பெண்களெல்லாம் ஓவ்வொருவருகு

வெளியேறினார்கள்.

திலைபனுக்குச் சுய நினைவுவர சில நிமிடங்கள் பிடித்தன. ஆட்கள் கூடியிருப்பதெல்லாம் அவனுக்குக் கணவில் நடப்பதுபோன்றிருந்தது. மனம் ‘திக் திக்’ என்று அடித்துக்கொண்டது.

அப்பொழுது...?

“அத்தான் உங்களுக்கு என்ன நடந்தது? ஏன் இப்படி அதிர்ந்துபோய் நிற்கிறீர்கள்?”

அவனின் கைகள் இரண்டையும் அன்புடன் பற்றிக்கொண்டு தேன்மொழிதான் கேட்டாள்.

“தேன்மொழி! நீ... நீயா! உனக்கு ஒன்றும் இல்லையா?” என்று கேட்டான் தடுமாற்றத்துடன்.

“ஏன் அப்படிக் கேட்கிறீர்கள்? எனக்கு ஒன்றும் இல்லையே!” என்று சொன்னாள் தேன்மொழி.

“தேன்மொழி, உனக்கு என்னவோ ஏதோ என்று பயந்துவிட்டேன். அதுசரி, இதெல்லாம் என்ன?

“எது அத்தான்?”

“உம்... ஆட்கள் கூடியிருக்கிறார்களே?”

“ஆட்களா? எல்லோரும் பெண்கள்.”

“உம்... சரி, இவர்களெல்லாம் ஏன் கூடியிருக்கிறார்கள்?

“அது வந்து... கடவுளுக்கு நன்றி செலுத்து வதற்காக ஒரு பூஜையை ஏற்பாடு செய்திருந்தேன். அதற்கு அக்கம் பக்கத்து வீடுகளில் உள்ள பெண்களையெல்லாம் வரச்சொல்லியிருந்தேன்” இப்படி அவள் சொன்னதும்,

“என் கடவுளுக்கு நன்றியா? அது என்?” என்று கேட்டான்.

“என் கவலையைப் போக்கி ஒரு சந்தோஷமான செய்தியை கடவுள் எனக்குத் தந்திருக்கிறார். அதற்காகத்தான்.”

“சந்தோஷமான செய்தியா?” அது என்ன தேன்மொழி?”

“அது வந்து... ம்... வாருங்கள் சொல்கிறேன்” என்றவள், அவனை அறைக்குள் அழைத்துச் சென்றாள். பின்னர் அவன் மார்பில் சாய்ந்துகொண்டு,

“ம்... எனக்கு வெட்கமாக இருக்கிறது” என்று செல்லமாகச் சின்னுக்கிக்கொண்டு கூறினாள்.

“தேன்மொழி! என்னிடம் சஸ்பென்ஸ் வைத்துப்பேசி என்னை அலைக்கழிக்காதே. பிலீஸ் சொல்லேன்.”

“சொல்கிறேன். வந்து... வந்து.... ம்... நீங்கள் அப்பாவாகப் போகிறீர்கள்.”

“என்ன?”

ஆமாம். அடுத்த வருடம் இந்நேரம் நம் கையில் ஓர் ஆண்குழந்தை வாழும்.”

“அதெப்படி, அவ்வளவு கரெக்டாகச் சொல்கிறாய்?”

“கடவுள்தான் சொன்னார்.”

“என்ன... கடவுள் சொன்னாரா?”

“ஆமாம். குறுத்தி வடிவில் வந்து சொன்னார். அது கேள்விப்பட்ட பின்புதான் இப்படிச் சந்தோஷமாக இருக்கிறேன். அதற்காகத்தான் கடவுளுக்கு நன்றி செலுத்தும் இந்தப் பூஜைக்கு ஏற்பாடு செய்தேன்.”

முகமலர்ச்சியுடன் சிரித்துக்கொண்டு குழந்தைத்தனமாக தேன்மொழி இப்படிச் சொன்னாள்.

அவளின் அறியாமை திலீபனின் மனதை வாட்டியது.

குழந்தைத்தனமான இந்தச் சிரிப்பை இன்னும் எவ்வளவு காலத்துக்குப் பார்த்துக்கொண்டிருக்கப் போகிறேன் என்ற என்னை அவனுக்கு ஏற்பட்டதும் அவன் கண்கள் குளமாகின.

எனினும், அவன் முயற்சிசெய்து அதனை மறைத்துக்கொண்டான்.

அவள் சொன்ன விடயத்தை நம்புவதுபோல பாசாங்கு செய்தான். எனினும், அவன் அதனைச் சிறிதும் நம்பவில்லை.

சோதிடர் சொன்னது நடக்காவிட்டால்தானே குறுத்தி சொன்னது நடக்கலாம். குறுத்தி சொன்னது நடக்குமென்றால் சோதிடர் சொன்னது மட்டும் எப்படி நடக்காமல் போய்விடும்? இப்படி அவன் சிந்தித்தான்.

இருந்தாலும், அவள் அந்த நம்பிக்கையிலாவது சிறிது சந்தோஷமாக இருக்கட்டுமே என்று ஓரளவு திருப்திப்பட்டான். அதேசமயம் அவள் மிகுந்த சந்தோஷத்துடன் இருப்பதும் அவன் உள்ளத்தைச் சிறிது வருத்தியது.

அணையப்போகும் விளக்கு அணைவதற்கு முன் பிரகாசமான ஒளியைத் தரும் என்று யாரோ சொன்னது, ஏனோ அவன் நினைவுக்கு வந்தது.

தேன்மொழியின் முகத்தில் தவழும் மகிழ்ச்சி யும் அவளின் முடிவுகாலத்துக்கு ஒரு அறிகுறியோ என்று அவன் அஞ்சினான்.

நாட்கள் கடந்துகொண்டிருந்தன. இதற்கிடையில் ஒருநாள் அவனைச் சந்திப்பதற்கு பிரேமினி அவன் அலுவலகத்துக்கு வந்திருந்தாள்.

தேன்மொழியை விட்டெழுப்பிப்பதற்கு திலீபன் நாட்களை எண்ணிக்கொண்டிருப்பான் என்றுதான் அவன் எதிர்பார்த்திருந்தாள். ஆனால், அவனைச் சந்தித்தபோது அவனுக்குக் கிடைத்தது எமாற்றமே.

பிரேமினியுடன் அவன் முகம் கொடுத்தும் பேசவில்லை. அது அவனுக்கு மிகுந்த ஆத்திரத்தை ஏற்படுத்தியது.

அவள் கூறினாள்.

“திலீபன்! அந்தப் பசப்புக்காரி உங்களை நன்றாகத்தான் மயக்கிவிட்டாள். நீங்களும் அவளிடம் மயங்கிவிட்டார்கள். அதனால்தான் உங்களுக்கு என்னுடன் பேசவும் பிடிக்க வில்லை. அப்படித்தானே?”

“பசப்புக்காரி அவள் அல்ல; நீதான்.”

“என்ன?”

“ஆமாம்! நீதான் உத்தமிபோல நடித்து உன்னுடன் என்னை மயங்கவைத்திருந்தாய்!”

“என் சொல்லமாட்டார்கள்? உங்கள் மீது தூய்மையான காதல் கொண்டிருந்தேனே... எனக்கு வேண்டும். இன்னும் வேண்டும்.”

இப்படிக் கூறிக்கொண்டு கண்களைக் கச்க்க ஆரம்பித்தாள்.

“இதோ பார் பிரேமினி, உன்னுடைய முதலைக் கண்ணீரைக் கண்டு எமாந்த காலம் மலையேறிவிட்டது. இனியும் உன்னால் என்னை அப்படி எமாற்ற முடியாது.”

“என்ன எமாற்றினேனா? நானா?”

“ஆமாம். நீ உத்தமியாக இருந்தால், என்மீது கொண்டது தூய்மையான காதலாக இருந்திருந்தால் என்னை வேறொருத்திக்கு கணவனாக்கியிருக்க மாட்டாய்! சாவுக்குப் பயந்து காதலைத் துறக்க முன்வந்திருக்கமாட்டாய். சாவுடன் போராட என்னை அடைய முயற்சித்திருப்பாய்!”

“ஓஹோ! எனக்குப் புரிகிறது. இதெல்லாம் அவனுடைய போதனையா? அதாவது, உங்கள் அருமை மனைவியிடான்....”

“அருமை மனைவி... ஆமாம். அவள் அருமை மனைவிதான். அதனை நீ சொல்லித் தெரிந்து

● தொடர்க்கதை ■ ஆர். ராஜலிங்கம்

கொள்ளும் நிலையில் நான் இல்லை. அவள் உண்மையான உத்தமி. உன்னைப்போன்ற போலி அல்ல. தனது உயிரைத் துச்சமாக மதித்துக் கொண்டு எனக்கு மனைவியாக வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறான். உயிருக்குப் பயந்து உன்னைப்போல் அவள் என்னை ஒதுக்கிவிடவில்லை. உன்னுடன் இதற்கு மேலும் பேசிக் கொண்டிருக்க எனக்கு நேரில்லை. தயவுசெய்து இங்கிருந்து நீ போனால் போதும்."

"திலீபன்! என்னையா போகச் சொல்கிறீர்கள்?"

"ஆமாம். உன்னைத்தான். போய் விடு. பிள்ளை போய்விடு."

"போகிறேன்... இப்போது போகி றேனே தவிர மீண்டும் வருவேன். ஆனால், உங்கள் இருவரையும் நிச்சயமாக வாழவிடமாட்டேன். இது சத்தியம்."

இப்படி அவள் மனதிலேயே கறுவிக்கொண்டு வெளியேறினாள்.

அவள் மனதில் அடிப்பட்ட நாகத்தின் வஞ்சம் ஏற்பட்டது.

"ம்... இன்னும் எத்தனை நாட்களுக்குச் சேர்ந்து வாழுப் போகிறார்கள்? அதற்குன் ஜாதகம் பலித்துவிட்டால், ஜாதகமே பலிக்காவிட்டாலும் நான் அதனை உண்மையாக்கிக் காட்டுகிறேன்."

"நாசகாரி! என்மீது அவருக்கு இருந்த அன்பையெல்லாம் இல்லா மலாக்கிவிட்டாலோ பாதகி! ஜாதகம் பலிக்கிறதோ, இல்லையோ அவள் சாகத்தான் வேண்டும். அவள் இனி உயிருடன் இருக்கவே கூடாது.

பாடசாலையில் என் மானத்தை வாங்கினாள். இப்போது என் காதலை நாசமாக்கிவிட்டாள். திலீபன் என் மீது உயிரையே வைத்திருந்தாரே! இப்பொழுது அதனை இழந்து விட்டுத் தவிக்கிறேனே கடவுளே! அவசரப்பட்டு இப்படியான நிலைக்கு ஆளாகிவிட்டேன்."

அவனுக்குக் கதறி அழவேண்டும் போவிருந்தது. அழுகை குழுறிக் கொண்டு வந்தது.

ஆனால், வீதியில் ஆட்கள் நடமாட்டம் அதிகமாக இருந்ததால் அழுகை தற்கும் முடியவில்லை. பொங்கு

வந்த அழுகையை கஷ்டப்பட்டு அடக்கிக்கொண்டாள்.

"எனக்கு வேண்டும்; இன்னும் வேண்டும். திலீபனை மடக்குவதற்கு எடுத்ததற்கெல்லாம் அழுகையை ஆயுதமாகப் பாவித்தேனே... அதுதான் ஆண்டவன் என்னை ஒரேயடியாக அழ வைத்துவிட்டார்.

என்மீது உயிரையே வைத்திருந்த திலீபனை இழந்துவிட்டு நான் வாழுத்தான் வேண்டுமா? எனக்கு அப்படி ஒரு வாழ்க்கை தேவைதானா?



அவளின் கற்பனை அவனுக்கே வேடிக்கையாக இருந்தது.

திலீபன் அவனுக்குக் கிடைக்கும் பொருளாக இருந்தபோது தனக்கு மரணம் வந்துவிடுமோ என்று அஞ்சினாள்.

கிடைக்காத பொருளானதும் வாழ்க்கையையே வெறுக்கிறான்.

"சே.... ஏற்கனவே யோசிக்காமல் செய்ததைப் போல் மடத்தனமான காரியம் எதையும் செய்துவிடக்கூடாது.

காதல் போனாலும் போகட்டும் பரவாயில்லை. எனக்குக் கிடைக்காத வாழ்வு என் விரோதிக்கும் கிடைக்கக்கூடாது."

இப்படியே பலவாறு சிந்தித்துக்கொண்டு சென்றாள் பிரேமினி.

நாட்கள்நகர்ந்தன. தேன்மொழியுடன் இல்லறம் ஆரம்பித்து மூன்று மாதங்கள் நெருங்கிவிட்டன. இன்னும் ஒருவராம்தான் இருக்கிறது.

இந்த ஒரு வாரத்துக்குள் என்னென்ன நடக்கப்போகின்ற னவோ என்று திலீபன் தவியாய்த் தவித்துக்கொண்டிருந்தான்.

அன்றா... அலுவலகத்தில் அவள் இருந்தபோது யாரோ அவளைச் சந்திக்க வந்திருப்பதாகத் தகவல் கிடைத்தது. தேன்மொழி யைப் பற்றியு சிந்தனையால் கடமையில் எவ்வித அக்கறை இருப்பதாக அறிந்துகொண்டு வந்துக்கொண்டிருந்தான்.

வந்திருப்பது பிரேமினிதான் என்று அவனுக்குப் புரிந்துவிட்டது.

“சிசி... இந்தச் சனியன் இப்போது என்னைச் சந்திக்க வந்துவிட்டதா? போகச் சொன்னாலும் போய்த் தொலையாதே” என்று நினைத்தவனாக பியோனிடம், வந்திருக்கும் ஆளை வரச் சொல்லி அனுப்பினான்.

அவள் முகத்தைக்கூடப் பார்க்க விருப்ப மில்லாதவனாகப் பின்புறமாகத் திரும்பிக் கொண்டிருந்தான்.

சில நிமிடங்களுக்குப் பின்னர்...

கதவைத் தள்ளித் திறந்துகொண்டு அவள் உள்ளே நுழைவது அவனுக்குப் புரிந்தது. அவன் அலட்சியத்துடன் அவளைத் திரும்பியும் பாராமல் அமர்ந்திருந்தான்.

அப்போது...?

‘பளார்’ என அவன் முகத்தில் ஒங்கி ஓர் அறை விழுந்தது.

அதிர்ச்சியுடன் அவன் பதறியடித்துக் கொண்டு திரும்பினான். அங்கே...? புன்னைக்கூடிடன் ஒரு வாலிபன் நின்றுகொண்டிருந்தான்.

“எண்டா! ஃபூல்! நான் வருகிறேன். நீ கொஞ்சமும் மரியாதையில்லாமல் பின்புறத்தைக் காட்டிக்கொண்டா உட்கார்ந்திருக்கிறாய்?”

“ஓ... ரகு! நீ... நீயா? எப்போது வெளி நாட்டில் இருந்து வந்தாய்?”

“இன்று காலைதான் வந்தேன். வந்ததும் முதல் வேலையாக உன்னைத்தான் சந்திக்க வந்தேன். ஏண்டா எப்படி இருக்கிறாய்? நன்றாக இருக்கிறாயா? உன் மனைவி நலமா?

“மனைவியா? எல்லாம் உனக்குத் தெரிந்து விட்டது போலிருக்கிறது. உனக்குத் தெரியாமல் திருமணம் செய்துகொண்டேன் என்பதைக் குத்திக் காட்டுகிறாயா?”

“சே... நான் அப்படிச் சொல்லவில்லை. அது உன் சொந்த விடயமாயிற்றே.”

“பாந்தாயா? திரும்பவும் பிரித்துப் பேசுகிறாய்? நான் எப்படிப்பட்ட சந்தர்ப்பத்தில் திருமணம் செய்தேன் தெரியுமா?”

“சரிதான் போடா. நீ சுதந்திரப் பறவை. உன்னைக் கட்டுப்படுத்த யார் இருக்கிறார்கள்?”

“ரகு அப்படியெல்லாம் பேசாதே! நான் குழம்பிப்போய் இருக்கிறேன். உன்னைக் கண்டதும்தான் சிறிது தெம்பு ஏற்பட்டுள்ளது. நீயும் என்னை வெறுத்துப் பேசாதே.”

“சே... உன்னை வெறுப்பேனா? ஏதோ ஜோக் காகத்தான் பேசினேன். வருத்தப்படாதே. சரி குழம்பியிருப்பதாகக் கூறினாயே அப்படி என்ன குழப்பம்?”

“அதையேன் கேட்கிறாய்? நான் அனுபவிக்கும் துன்பம் கொஞ்சநஞ்சமல்ல.”

“என்... உனக்கு நல்ல மனைவி அமைய

வில்லையா?”

“சீ.. போடா... எனக்குக் கிடைத்திருப்பவள் உத்தமி. என்மீது உயிரையே வைத்திருக்கிறாள். அவள் மனைவியாகக் கிடைக்கக் கொடுத்து வைத்திருக்கவேண்டும்.”

“பிறகு ஏண்டா! அப்படியானால் உனக்கு என்ன தான் அப்படித் துன்பம். நல்ல மனைவி கிடைத்து விட்டால் போதுமே. சந்தோஷமாக வாழலாமே.”

“வாழலாம்தான். ஆனால், அவள் என்னை விட்டுப் போய் விடுவாளோ என்று அஞ்சகிறேன்.”

“என் அவளுக்கு வேறு யாராவது காதலன் இருக்கிறானா? அவனோடு ஒடிவிடப் போகிறான் என்று அஞ்சகிறாயோ?”

“போடாஂபூல்! உனக்கு எப்போது பாந்தாலும் ஜோக்தான். மற்றவரின் வேதனைக்கூடப் புரியாது.”

“சொரி திலீபன்! உம்... சரி! அப்படி என்பயப்படுகிறாய்?”

“ஏனென்றால், என் ஜாதகம் அப்படி.”

“என் ஜாதகத்துக்கு என்ன?”

“வந்து... வந்து... ம்... அவசரப்பட்டு அவளோடு கணவனாக நடந்துகொண்டேன். அது ஜாதகத்தில் உள்ளதைப் பலிக்க வைத்து விடுமோ என்று பயப்படுகிறேன்.”

“என்டா சொன்னாய்? கணவனாக நடந்து கொண்டாயா? ஒரு மனைவியிடம் கணவனாக நடந்துகொள்ளாமல் பின் எப்படி... அந்திய னாகவா நடந்துகொள்ளவேண்டும்.”

“இல்லைருகு. உனக்குத் தெரியாது. என் ஜாதகம் அப்படி. நான் எந்தப் பெண்ணை மனந்து கொண்டாலும் அவளுடன் இல்லறம் ஆரம்பிக்கும் நாளிலிருந்து மூன்று மாத காலத்தில் அவளின் ஆயுள் முடிந்து விடுமாம். அப்படித் தான் என் ஜாதகம் கூறுகிறது. அதனால்?...”

“அதனால்?...”

“அவள் என்னைவிட்டுப் போய்விடுவாளோ என்று அஞ்சகிறேன்.”

“அப்படியா?” என்று கேட்டுவிட்டு சிரித்தான் ரகு. பின்னர் “பயப்படாதே திலீபன். அப்படியெல்லாம் எதுவும் நடக்காது” என்றான்.

“ம்... உனக்கெண்ணடா. நீ இல்குவாகச் சொல்லி விட்டாய். என் கையைப் பார்த்து சோதிடம் சொன்னவர் எவ்வளவு பெரிய யோகி தெரியுமா?”

“யோகியோ, போகியோ. அதைப்பற்றி எனக்குத் தெரியாது. ஆனால், அவர் சொன்னது உண்மையில்லை.”

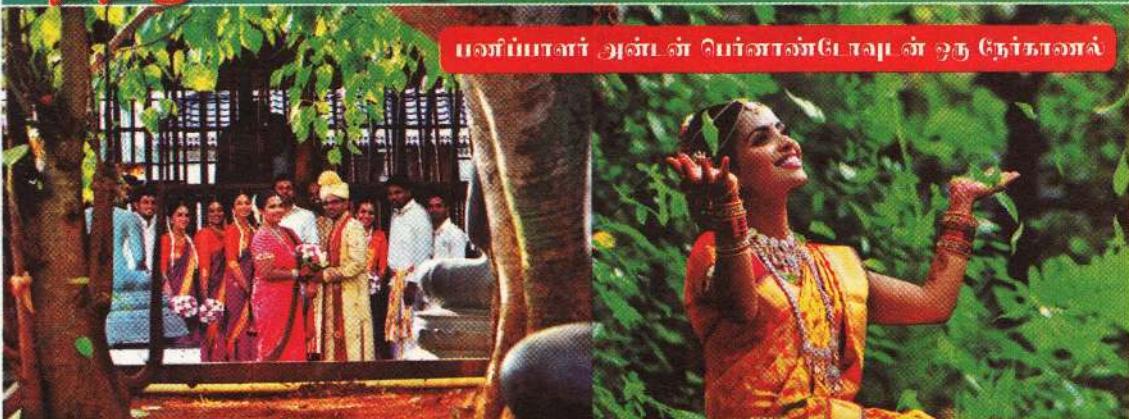
“அதாவது, ஜோதிடம் பொய் என்கிறாய். அப்படித்தானே?”

“நான் அப்படிச் சொல்லவில்லை. அந்த சோதிடர் சொன்னது பொய் என்றேன்.”

“அப்படியா? என்?”

(தொடரும்...)

மழுக்கு மழுகு சேர்க்கும் தொழில்நுட்பத்தில் சிறந்து விளங்கும் Anton Studio 7



பண்பாளர் அன்ன் யார்ஜன்டோவான் ஆகு நேர்காலம்

வீடியோ, புகைப்படத்துறையில் Anton Studio 7 ஆனது சிறந்து விளங்குகின்றது. இதுதொடர்பாக Anton Studio 7 பணிப்பாளர் அன்டன் பெர்னன்டோ தெரிவிக்கையில்,

“கற்றது கையளவு கல்லாதது கடலைவு’ என்பதற்கமைய அனுபவம் எனும் அலைகடவின் மேல் 23 வருடகாலமாக வீடியோ, புகைப்படத்துறையில் 1990இல் இருந்து இன்றுவரை பயணத்தை மேற்கொண்டுள்ளேன் நான். இத்துறையில் மிகவும் பிரசித்திபெற்ற தமிழ், சிங்கள வீடியோ, புகைப்படப்பிடிப்பாளர்களிடம் பணிபுரிந்து தொடர்ந்து எனது பயணத்தை சிறிது சிறிதாக சொந்தமாக - தன்னிச்சையாக ஆரம்பித்து இன்று இலங்கையில் நான் இத்துறையில் பல்வேறு பிரசித்திபெற்ற பிரபல படப்பிடிப்பாளர்கள் வரிசையில் இடம்பிடித்துள்ளேன். வெள்ளவைத்தையில் இத்தொழிலை தனித்துவமாகத் தன்னகத்தே தக்கவைத்துக்கொள்வது என்பது எனது அனுபவம் எனும் பாடம் பெற்றுத்தந்த படிப்பினையே.

வீடியோ படப்பிடிப்பில் காலஞ்சென்ற பிரேமதாஸவின் புதல்வன் சஜீத் பிரேமதாஸ, ஜோன் அமரதுங்கவின் புதல்வி ஆகியோரின் திருமணம் மற்றும் அரவிந்த டி சில்வா, ரஸல் ஆர்னல்ட் இதுபோன்ற பிரபலங்கள், தொழிலதிபர்கள், இன்னும் எமது வாடிக்கையாளர்களின் வீட்டு மங்கள வைபவங்களில் முத்திரை பதித்துள்ளேன். கடந்த 15 வருடகாலத்தில் அசர வளர்ச்சியில் புகைப்படத்துறையில் இன்றுள்ள நவீன தொழில்நுட்ப வளர்ச்சியின் மூலம் Story Book, Chintetic Album வரை செய்துவருகிறேன்.

போட்டி நிறைந்த தொழில்நுட்பம் வளர்ச்சி அடைந்துள்ள இவ்வுலகத்தில் திருமணம் என்றாலே அழுக்கு அழுகூட்டும் வகையில் அந்த அழகை அமைதியான முறையிலும் - கண்களுக்கு மெருகூட்டும் வகையிலும் - காலாகாலமாக பாவித்து ரசிக் கக்கூடிய வகையிலும் கதைப்புத்தக வடிவில் - பாடப் புத்தக வடிவில் Album வீடியோ (DVD BLUE RAY) போன்ற வடிவமைப்பில் உங்கள் வீட்டு வைபவங்களை உங்கள் வீட்டு சின்னத்திரையில் கண்டு ரசிக்க நானும் எனது குழுவினரும் காத்திருக்கின்றோம். இவை அனைத்தும் வார்த்தைகள் அல்ல. செயல்வடிவம்” என்றார்.

தொழில்நுட்ப பிரஸ்ஸுகளின் ஒரு விதை



கம வெளிச்சம்

குழம்பர்ச்சிலை, வெளிநாட்டு பிரயாணம், விவாக விவகாரம் தீர்த்து வைக்கப்படும். ஸிங்த தீக்தி, மாதம், வகுடம் கொண்டு வரவும். நேரம் 9 - 5 வரை.

எஸ்வரி

Dr. P. Thiagaraja (J. P. Hons)

21-1/1, ஜம்பா வீதி, ஜெழுங்கி-13.

தொலைபேசி: 2440606 Fax: 0094-1-2440606

www.eswari.com

வெளிநாட்டு உள்ளவர்கள் தொலைபேசி மூலம் தொடர்பு கொள்ளலாம். ஜெமல்தீ கட்டணமின்சீ நிலைமையிலிருக்கக்கூடியது.

● அழகுக் குறிப்பு

சினிச் சினிம் அழகுக்குறிப்புக்கள்



1) குளிக்கப்போகும் முன் தினமும் கால் பெருவிரலில் கடுகு எண்ணெயைத் தேய்த்து குளித்து வந்தால் முதுமையில் கண்ணில் வரும் 'கட்ராக்ட்' எனும் நோய் வராது. அத்தோடு கண்ணாடி அனியவேண்டிய அவசியமும் வராது.

2) ஒரு மேசைக்கரண்டி தேன், முட்டை மற்றும் ஒரு தேக்கரண்டி கிளிசின் கலந்து தழுமனான தோல்களில் தேய்த்துவந்தால் உடல் மிருதுவாகவும் பளபளப்பாகவும் மாறும்.

3) முகம் பளபளப்பாக மாற வெள்ளரிக் காய், ரோஸ் வோட்டர் மற்றும் தேன் கலந்து தேய்ந்து வந்தால் பலன் கிடைக்கும்.

4) ஏதாவது விழுாவிற்கு போகிறீர்களா? பிறரிடம் பேசும்போது வாயிலிருந்து கம கம வென மணம் வீசவேண்டும் என ஆசைப் படுகிறீர்களா? எலுமிச்சம்பழச்சாற்றுடன் உப்பு கலந்து சிறிது வெந்தீரில் வாயை அலம்புங்கள்.

5) தோலில் வரும் நோய்களைத் தடுக்க தினமும் குளிக்கும் தண்ணீரில் கொஞ்சம் உப்பு மற்றும் ஏழு அல்லது எட்டுத்துளி தோட்டம்பழச்சாறு கலந்து குளிக்கவேண்டும்.

6) தலைமுடி கொட்டுகின்றதா? தேங்காய் எண்ணெயை கொஞ்சம் சூடு பண்ணி தலையில் தேய்த்து அரை மணிநேரம் இருக்க வேண்டும். பின்னர் குளித்தல் வேண்டும். இவ்வாறு செய்தால் தலைமுடி கொட்டாது நன்கு வளரும்.

7) கண்ணில் கருவளையமா? நார்ன்கு தேக்கரண்டி பாலை நன்றாகக் காய்ச்சி அது குளிர்ந்ததும் அதை பருத்தித் துணியால் நனைத்து கண்ணில் வைத்திருக்கவேண்டும். இப்படி படுக்கைக்குச் செல்லும் முன் தினமும் 15 நிமிடம் செய்துவந்தால் பலன் கிடைக்கும்.

8) முகப்பருவை ஒழிக்க துடிக்கிறீர்களா? சந்தனப்பொடியையும் சில துளி எலு மிச்சம்சாற்றையும் கலந்து இரவு படுக்கச் செல்லும் முன் தேய்த்து வந்தால் முகப் பருவை ஒழித்துவிடலாம்.

9) வெள்ளரிக்காயை சாறாக்கி ஒரு தேக்கரண்டி எடுத்து அதனுடன் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எலுமிச்சம்பழச்சாற்றையும் கலந்து தேயுங்கள். முகம் பளிச்சென புத்து னரிச்சி பெறும்.

பேசும் படம் இல: 07 முடிவுகள்

1 மிடம்

இனைஞர்களே!
இனைந்திட்ட இந்த
கைகள் இனைப்பிரியாமல்
இறுதிவரை போராடுங்கள்
இல்லாதூறிக்க இலங்கையின்
இனவாத்ததை!

வி. பரிமளாதேவி,
கொழும்பு - 13.

ஒன்றைர் தினமாம் இதுமணன் நாளில்
இரும்பை ஆதா உறுதி யெடுப்போம்
மழுவோடு பதைப்பிடித்தல்
பண்டபுடன் விவக்கிடுவோம்
வன்முறைகள் இல்லாத யுகம்பாட்டுக்காக
இன்றே நாம் அனீ திருள்வோம்!

திருமதி சுரோஜா சென்வைச்சந்திரன்,

ஒரு கை தட்டினால் ஒன்றை
எழுப்பே இரு கைகள் தட்டினால் தான்
தனியாக நின்று தலையை ஏற்படுத்த விட
அனியாச நின்று பலவும் செய்வோம்.
தினை சேரும் கைகள் கொண்டு
அசிலம் செல்ல உற்றி புணுவோம்!

வி. கிருஷ்ணாந்தி,
கலைப்பு.

2 மிடம்

மேலே கணப்படும் படத்தைப்
பார்த்து உங்கள் என்னைத்தில்
நோன்றும் சிந்தவைக்கு
வடிவம் கொடுத்து 6 வரிகளில்
கவிதையாக்கி இம் மதும்
25 க்கு முன் எடுக்கு
அனுப்பிவையுங்கள்.

கரங்களின் உறுதியில்
உயர்ந்தெழுந்திருக்கிறது உண்மை
சின்னஞ்சிருச்சுகளின் இதுத்திலில்லை
கறுப்பு வெள்ளை வர்ணங்கள்;
அங்கேயிருப்பதெல்லாம்
அன்பூரும் தேங்பூக்கள் மட்டுமே.
வித்தியா சதிஸ்வரன்,
அம்பாறை.

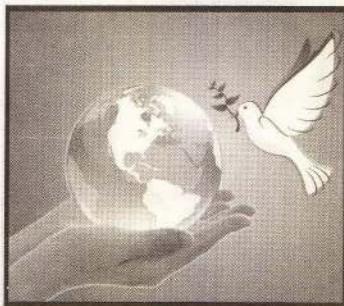
மதங்களின் பேதத்தை
மனங்களாய் மாற்றி
இனங்களைச் சேர்த்திடுவோம்
இனைந்த கரங்களால்
இலங்கைத் தேசத்தை
இறுகிடப் பற்றிடுவோம்
இனியொரு புதுயுகம்
படைத்திடுவோம்!
திருமதி ம. வரதராஜன்,
கல்வடி.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Oli Arazi In புதும் படம்

கவிதைப் போட்டி - 09

- 1 ஜம் பரிசு - 1.000/-
- 2 ஜம் பரிசு - 750/-
- 3 ஜம் பரிசு - 500/-



எழுவோம் தோழா எழுவோம்
- என்றும்
எமதுரிமையைப் பெறவே
எழுவோம்
தொழுவோம் தோழா தொழுவோம்
- நாட்டில்
சமாதனம் தழைத்திட (வேண்டி)த்
தொழுவோம்
விழுவோம் தோழா விழுவோம்
- பூமியில்
விதையாய் நாமும் விழுவோம்.
எஸ். ஷராபா, ஹெமத்தகம்.

தேர் இழுத்தோம் தோணி வலை
இழுத்தோம்
ஏர் பிடித்தோம் எழுதுகோல்
பிடித்தோம்
இத்தனைக்கும் காரணம்
வலிமையுள்ள இச்சுருக்கள்
ஒற்றுமையே பலம் என்போம்
நண்பா
கோடி நன்மை எம்மை நாடிவர
ஒன்றுபட்டு
உறுதிகொண்டெடுமுவோம்.
எம். ஐ. எம். அஷ்ரப்,
சாய்ந்தமருது - 07.

எழுகடல் சூழ் இப்புவி தனில்
கரங்களால் மட்டுமல்ல
கருத்தாலும் ஒன்றினைந்து
நீதி வழுவா நெறி நின்று
(நெறி பிறழா) நற்பாங்குடைய
சமுகம் ஒன்றைக்
கட்டிமுப்புவோம் வாரீ! வாரீ!!
திருமதி ஆ. நாகேந்திரன்,
வடமராட்சி.

ஒரு கை வைத்து உறுதியைக்
காட்டுங்கள்!
ஒற்றைக்காலில் நின்று வாழ்வைத்
தேடாதீர்கள்!
இருகால் ஊன்றி யதார்த்தத்தைத்
தேடுங்கள்!
வாழ்ந்து காட்டி வரலாறு
படைத்திடுங்கள்!
நாளையும் வகைஊங்கள்காரங்களில்!
திருமதி தேவா மாதவன்,
கொழும்பு - 15.

அனுசரணை
கலை ஊக்குவிய்புத் திட்டம்
நவோதயா
வாணிடேஷன்

246, கடற்கரை லீதி,
கொழும்பு-11,
தலைமைக்காரியாலயம்.

வங்கிகளில் கடன்பெறும்போது கவனிக்கவேண்டியதை எனவே கடன் பெற்றுக்கொள்ள வேண்டும்.

சில காலங்களுக்கு முன்னர் எது சமூகத்தில் கடன் பெறுவது என்பது ஒர் இழுக்கான அல்லது தரக்குறை வான விடயமாக கருதப்பட்டு வந்தது. ஆனால், இன்று நிலைமை அப்படியல்ல. கடன் பெற்றுக்கொள்ளாது குடும்பத் தேவைகளைப் பூர்த்திசெய்து கொள்வது என்பது இயலாத ஒரு காரியமாக மாறிவிட்டது. அன்றாட நுகர்வுத் தேவைகளுக்காக ஒருவர் கடன்படாவிட்டாலும் கூட



காணி வாங்குதல், கட்டடம் கட்டுதல் வாகனம் வாங்குதல் போன்ற குடும்பத்தின் பெரிய பெரிய முதலீட்டு தேவைகளை பூர்த்திசெய்வதற்கு பலர் வங்கிகளிலோ, நிதிநிறுவனங்களிலோ கடன்படுபவராகவே உள்ளார்.

இவ்வாறு கடன் பெறும்போது பல்வேறு விடயங்களில் கவனம் செலுத்துதல் அவசியம். குறிப்பாக உங்களுடைய கடனைத் திருப்பி செலுத்துகின்றபோது வங்கிகள் மற்றும் நிதிநிறுவனங்களுக்கு நீங்கள் செலுத்த வேண்டிய பணப் பெறுமதியானது பல்வேறு விடயங்களால் தீர்மானிக்கப் படுகின்றது. அவைபற்றி குறிப்பாக தெரிந்துவைத்திருத்தல் வேண்டும். வங்கிகளும் ஏனைய நிறுவனங்களைப் போல் இலாபம் உழைப்பதை நோக்கக் கொண்டிருவனங்களே, குறிப்பாக அங்குவேலை செய்யும் உத்தியோகத்தர் களுக்கு வங்கியின் உயர் முகாமைத்துவம் இலாப இலக்கு களை நிர்ணயித்திருக்கும். அதனை அடையவேண்டிய பொறுப்பு குறித்து உத்தியோகத்தர்க்கு காணப்படும்போது அவர்கள் வாடிக்கையாளர்களை பாதிக்காத வகையில் நடந்து கொள்வார் என்பதற்கு எவ்விட உத்தரவாதமும் இல்லை. எனவே, கடன் பெற்றுக்கொள்ளும்போது வாடிக்கையா

எராகிய நீங்கள்தான் உங்கள் சார்ந்த நலன் களில் அக்கறைக்கொண்டு பின்வரும் விடயங்களில் கவனம் செலுத்துதல் அவசியம்.

1. உங்களில் அநேகமானோர்கள் கடன் பெறுவதற்காக வங்கியை அணுகும்போது அவர்கள் சொல்லும் எல்லாவற்றுக்கும் தலையாட்டும் பழக்கத்தை கொண்டுள்ளீர்கள். அல்லாவிட்டால் அவர்கள் கடன்தரமாட்டார்கள் என்ற பயம் உங்களிடத்து காணப்படுவதே அதற்கு காரணம். உண்மையில் வங்கியைப் பொறுத்தவரையில் கடன் வழங்குதல் என்பதுதான் ஒரு வியாபார நடவடிக்கையே உண்மையில் கடன் வழங்குவதற்குவதன் மூலமே வங்கிகள் இலாபம் உழைக்கின்றார்கள். எனவே, கடன் சம்பந்தமான போதிய தகவல்களைப் பெற்றுக்கொள்ளத் தயங்க வேண்டியில்லை. என்பதுதான் உங்களுக்கு சில விடயங்களில் பாதகமாக அமையும் எனில், அதனை மாற்றி அதற்குப் பதிலாக வேறு மாற்று நிபந்தனைகளை உள்ளடக்க முடியுமா என வங்கி உத்தியோகத்திடம் உரையாடுகள்.

2. ஆங்கிலத்திலோ அல்லது உங்களுக்குத் தெரியாத சிங்களமொழியிலோ விண்ணப்பப்பட்டிவத்தை தந்து உங்களைக் கையொப்பமிடுமாறு கேட்குமிடத்து தமிழ்மொழி மூலமாக படிவத்தைப் பெற்றுக்கொள்ள முடியும் அதற்காக சட்ட ஏற்பாடுகள் நடை முறையில் உள்ளன. எனவே விளங்காத படிவங்களில் கையொப்பம் இடாதீர்கள்.

3. வட்டிவீதங்கள் பற்றி உண்மையிலேயே அநேகமான வாடிக்கையாளர்கள் அக்கறை கொண்டவர்களாகவே காணப்படுகின்றனர். ஆனால், பொதுவாக அல்லது மேலோட்டமாக வட்டி வீதத்தை நோக்காது உண்மையில் அவை மாதாந்த வட்டி வீதமா அல்லது வருடாந்த வட்டி வீதமா என நோக்கப்படுதல் அவசியம். ஏனெனில், சில வங்கிகள் தமது வட்டி வீதத்தை கவசிக்கிறான் முறையில் மாதாந்த விதத்தில் குறிப்பிட்டு விளம்பரப்படுத்துவதும் உண்டு. எனவே, இது குறித்து விழிப்பாக இருக்கல் அவசியம்.

இதைத் தவிர வட்டி வீதங்களில் வங்கி கள் பல்வேறு தந்திரோபாயங்கள் பின்பற்றி வருகின்றன. அது பற்றி அடுத்த இதழில் பார்ப்போம்.

(தொடரும்)

காக்கை தெளிந்து கொண்ட இண்ணல்

கணவன் மனைவியிடையே உறவைச் சிதைக்கும் இன்னொரு விடயம் 'சுகோ'. தான் என்னும் அகந்தை. நான்தான் இந்தக் குடும்பத்திற்கு உழைத்து பணம் தருபவன் என்று கணவன் நினைப்பதும், நான் வீட்டில் செய்யும் வேலைகள் அவருடைய வேலைகளுக்கு எந்த விதத்திலும் குறைந்ததல்ல என்று மனைவி நினைப்பதும், தங்கள் நினைப்பின் அடிப்படையில் வாழ்க்கையை நடத்துவதும், குடும்பத்தின் அடித்தளத்தையே ஆட்டம்காண வைக்கும்.

ஒரு காக்கைக்கு சிறு மாமிசுத்துண்டு கிடைத்தது. அடுத்த நிமிடமே மற்ற காக்கைகளும் கழுகும் அந்தக் காக்கையை துரத்தத் தொடங்கின. மாமிசுத்துண்டைக் காப்பாற்ற காக்கை மிக மிக அதிக உயரத்திற்குப் பறந்துபோனது. மற்ற பறவைகளும் விடாமல் துரத்தின. ஒரு சமயத்தில் காக்கை தன்னிடமிருந்த மாமிசுத்தை நழுவ விட்டது. இதுவரை மாமிசுத்தைத் துரத்தி வந்த காக்கைகளும் கழுகும் உடனே தரையில் விழுந்த இரையை நோக்கிப் பாய்ந்தன. இப்பொழுது காக்கதால் தொந்தரவின்றி வான்திதில் உல்லாசமாகப் பறக்கவும் முடிந்தது. இதன்போது ஒரு பெரிய உண்மை அதற்குப் புரிந்தது. நான் மாமிசுத் துண்டை இழந்தது நிஜம்தான். ஆனால், அது மிக அருமையான சுதந்திரத்தை எனக்குப் பெற்றுக்கொடுத்தது. நம்முன் இருக்கும் அகந்தையும் இந்த மாமிசுத்துண்டைப்போலத்தான். இதை மட்டும் இழக்க முடிந்தால் வாழ்க்கையில் உற்சாகத்தில் மிதக்கலாம். எந்தவித பரபரப்புமின்றி

வாழலாம். எப்படி காகத்தினால் பரந்த வானத்தை ரசிக்க முடிந்ததோ, அதேபோல் அகந்தை போன பின்வாழ்க்கையின் அழகை உங்களால் ரசிக்க முடியும்.

வேதங்கள் நான்கு. அர்த்த சாஸ்திரம். தர்மசாஸ்திரம், காமசாஸ்திரம், மோட்சசாஸ்திரம். 'எப்பொழுது நாம் நம் அகந்தை உணரவை அழிக்கி நோமோ அப்பொழுதுதான் நமக்குள் வேயே இருக்கும் ஆனந்தத்தின் முழு உருவையும் உணரமுடியும்' என மோட்சசாஸ்திரம் கொள்கிறது. 'அன்போடு பணம் ஈட்டுங்கள் பேராசையோடு வேண்டாம்' என்று அர்த்த சாஸ்திரம் அறிவுறுத்துகிறது. பேராசை என்றும் மன நிறைவைத் தராது.

'சிற்றின்பத்தை பிரார்த்தனையாக மாற்றுங்கள்' என்கிறது காம சாஸ்திரம்.

'நல்ல குணங்கள் வாழ்வின் அடிப்படையாக இருக்கட்டும்' என்று தர்ம சாஸ்திரம் சொல்கிறது. நல்ல குணங்களின் அடிப்படையில் வாழ்க்கையில் சாதிக்கவேண்டிய இலக்குகள் உருவாக்கட்டும்.

கணவன் - மனைவி இருவரிடையேயும் உள்ள உறவைப் பலப்படுத்த மிக அவசியமாகத் தேவைப்படும் விடயம் அந்தியோன்யம். நமது குடும்பம் - பெற்றோர்கள், கூடப்பிறந்தவர்கள், மனைவி மற்றும் குழந்தைகள் நம்முடைய அன்புக்கும் ஆகரவுக்கும் உரியவர்கள். ஆனால், நாம் நம் நண்பர்களிடம் மனம்விட்டுப் பேசும் அளவுடைய நம்முடைய குடும்பத்தினரோடு விஷயங்களைப் பகிர்ந்துகொள்வதில்லை. சிறிது காலம் கடந்த பின்னே நமக்கும் நம் நண்பர்களுக்கும் இடையே அந்தியோன்யம் அதிகமாகிறது. உறவுகளில் நெருக்கத்தை நீங்கள் விரும்பினால் உங்கள் துணைவியரையும் உங்கள் நன்பரைப் போலவே நடத்துங்கள்.



உங்கள் பேச்சு மற்றும் செயல்கள் வெளிப்படையானதாக இருக்கட்டும். நான் என் அலுவலக விடயங்களை வீட்டிலே விவாதிப்பதில்லை என்று சிலர் பெருமையுடன் சொல்லிக்கொள் வார்கள். அதற்கு அவர்கள் சொல்லும் காரணம், என் அலுவலக விடயங்களை அவளிடம் பகிர்ந்து கொள்ளத் தொடங்கினால் அவளால் அதைப் புரிந்து கொள்ளமுடியாது. சொல்லப்போனால் அவள் வீணாகக் குழப்பமும் கவலையும் அடைவதுதான் மிசசம். இது ஒரளவுக்கு சரியாக இருக்கலாம். சுமுக உறவுக்கு இதனால் சுவர் போலத் தடை உருவாகுமானால் இந்தச் சின்னப் பிரச்சினையைத் தாண்டி வருவது அத்தனை கடினமானதல்ல.

இருவர் தன்னுடைய நண்பரிடம் கஷ்டந்தகளை கனவுகளை, கவலைகளைப் பகிர்ந்துகொள்கிறார் என்றால் நல்ல நண்பராகயிருந்தால் அவர் என்ன செய்வார். உடனடியாகத் துள்ளிக்குதித்துப் பிரச்சினைகளை எப்படித் தீர்ப்பதென்று அறிவுரை கள் தரமாட்டார். இந்தப் பிரச்சினையை இப்படித் தீர்த்துவிடு... இதைச் செய்ய; இதைச் செய்யாதே என்று சொல்லமாட்டார். அதற்குப் பதிலாக மிகுந்த அன்போடு பேசுவதைக் கேட்பார். மேலும் பேசுத் தூண்டுவார். அந்தத்தமுள்ள கருத்துகளைப் பரிமாறிக் கொள்ளத் தேவையான குழ்நிலையை உருவாக்குவார். இதேபோல் ஒருவர்தன் நண்பரிடம் அலுவலகம் சம்பந்தப்பட்ட விடயங்களைச் சொல்லும் போது உன்னால் இதனைக் கையாள முடியாது. உங்கு அத்தனை அனுபவம் இல்லை என்று சொல்லி அவரை எடைபோடமாட்டார்.

அன்னை தெரேசா கூறிய ஓர் அற்புதமான வாக்கியத்தை இங்கு குறிப்பிடலாம். “மற்றவர் களை எடைபோடுவதிலேயே காலத்தை வீணாக்காதீர்கள்... பிறகு அவர்களிடம் அங்குகாட்ட நேரம் இருக்காது” திரும்பவும் கணவன் - மனைவி உறவுக்கு வருவோம்.

உங்கள் கணவர்தன்களுக்கள், தொழில், பொழுது போக்கு, புதிய விருப்பங்கள் இவைகளைப் பற்றி மிகுந்த ஆர்வத்துடன் உங்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ள வந்தால் குறுக்கீடுகள் எதுவுமின்றி உங்கள் முழுக் கவனத்தையும் அவருக்குக் கொடுங்கள். அவர் பகிர்ந்துகொள்ளும் விடயத்தில் விருப்பம் இருப்பதைக் காட்டுகிற்கள். இதனால் ஓர் இணையற்ற அந்தியோன்யம் உங்கள் இருவரிடமும் உருவாகும். பிறகு வெளியுலகத்தில் எந்த விதமான புதிய அனுபவங்களை உங்கள் கணவர் பெற்றாலும் உங்களிடம் ஒடி வந்து அதைப் பகிர்ந்துகொள்ளத் துடிப்பார்.

கணவன் - மனைவியிடையே இத்தகைய அந்தியோன்யம் நிலவுவது முற்றிலும் அவசியமான ஒன்று. கணவன் - மனைவி மற்றும் குழந்தை களிடையே இந்தப் பாசப்பினைப்பை இன்னும் உறுதியானதாகக் கிறிஸ்தவ மதம் சொல்லும் ஓர் அறிவுரை பின்பற்றத் தகுந்த வழி.

“ஓவ்வொரு இரவும் ஒன்றாகச் சேர்ந்து பிரார்த்தனை செய்யும் குடும்பம் கடைசிவரை

ஒன்றாக நிலைக்கும்.” தம்பதியரிடையே நெருக்கத்தை வளர்ப்பதற்கு சில வழிமுறைகளை அவர்கள் வழிக்கை முறையில் கடைப்பிடிப்பது அவசியம். நாம் எல்லோருக்கும் முக்கியமாகச் செய்ய வேண்டியது என்று எழுதப்படாத பட்டியல் ஒன்று மனதிற்குள் இருக்கும்.

கணவனின் பட்டியல் - பணம் சம்பாதிப்பது, பெற்றோரைப் பார்த்துக்கொள்வது, குழந்தைகள் கல்வி... இதேபோல் மனைவியிடமும் ஒரு பட்டியல் இருக்கும்... குழந்தைகள்... மற்றும் குடும்பத் தினரைக் கவனித்துக்கொள்வது, டவி பார்ப்பது, புதிய பொருட்கள் வாங்குவது என்று... இதற்குப் பெயர் மதிப்புகள்.

இருவரிடமும் இத்தகைய மதிப்புகள் ஒரே மாதிரியிருந்தால்தான் குடும்பத்தில் ஏற்படும் உறவில் விவாதங்களோ, முனைமுனைப்போ இருக்காது. ஆனால், முழுமையாக இப்படியிருப்பதும் தவறு. சொல்லப்போனால் இப்படி ஒரேமாதிரி இருவரின் மதிப்புகளும் விருப்பங்களும் இருந்தால் வாழ்க்கையே சுயைற்றுப்போகும். வானவில் பார்ப்பதற்கு அழகாக இருப்பதற்குக் காரணம், அதில் இருக்கும் பலவித வண்ணங்கள்.

எவ்வளவு கொடுத்தீர்களோ அவ்வளவே பெறுவீர்கள்.

கொடுப்பவர்கள் பெறுபவர்களைக் காட்டி வரும் ஆசிரவதிக்கப்பட்டவர்கள்.

சின்ன சின்ன விடயங்களில் மனைவிக்கு என்ன பிடிக்கும், எது விருப்பம் என்று தெரிந்துகொண்டு அதற்காக விட்டுக்கொடுக்கும் மனதை வளர்த்துக் கொள்ளவேண்டும். இதனால், இருவரிடையே யும் உள்ள நெருக்கம் இன்னும் வலுப்பெறும்.

“சுவாமிஜி! என் மனைவிக்கு அவள் உறவினர் வீட்டிற்குச் செல்லும் பொழுதெல்லாம் நானும் கூட வரவேண்டுமாம். எனக்கு இது கொஞ்சமும் பிடிக்கவில்லை. அப்படியானால் எப்படி விட்டுக் கொடுப்பது? இதை மட்டும் செய்யச் சொல்லாதீர்கள்.” ஒருவர் சொன்னார்.

திருமணவாழ்வில் சில விடயங்களில் அனுசரித்துக் கொண்டுதான் போகவேண்டும். நமக்குப் பிடிக்காவிட்டாலும், சந்தோஷம் தராவிட்டாலும் மற்றவருக்காக இதைச் செய்யவேண்டும். ஒருவரின் விருப்பங்கள் மற்றும் வெறுப்புகள் உங்களுடையதிலிருந்து மாறுபட்டு இருந்தாலும் அதற்கு ஆதரவாக இருக்க முன்வரவேண்டும். நிச்சயம் இதனால் அந்தியோன்யம் வளரும்.

நீங்கள் என்ன விரும்புகிறீர்களோ அதை வெறுக்கவும், எதை வெறுக்கிறீர்களோ அதை விரும்பவும் பழகிக்கொள்ளவேண்டும். அப் பொழுது நீங்கள் விருப்பு வெறுப்புகளுக்கு அப்பாறப்பட்டு இருப்பீர்கள். இதன்பொருள் உங்கள் கட்டுப்பாட்டில் விருப்பு வெறுப்புகளின் இருக்குமே தவிர, விருப்பு வெறுப்புகளின் கட்டுப்பாட்டில் நீங்கள் இருக்கமாட்டார்கள். நீங்கள் இப்பொழுது உண்மையான எஜமானன். விருப்பு வெறுப்புகளுக்கு எஜமானராக இருங்கள்.



பெண்களிற்கு அழகுக்கலைப் பயிற்சிகளை வழங்கும் யாழ் - “கலாலயா”

கலாலயா நிறுவனம் 1985 ஆம் ஆண்டு ஆரம்பிக்கப்பட்டு இன்று வரை 29 வருட காலமாக பல பெண்களுடைய சுயதொழில்லை உயர்த்தும் வகையில் சிறந்த அழகுக்கலைப் பயிற்சிகளை வழங்கி வருகின்றது.

இங்கு கேக் ஜிங் வடிவமைப்புகள், உணவு தயாரித்தல், கூந்தல் வடிவமைத்தல், முடி சீராக்குதல், முக அலகுக்கலை, மனப்பெண் அலங்காரம், தையல் பயிற்சி எனப் பல பிரிவுகளைக் கொண்டதாக 3 மாதப் பயிற்சியை மாணவர்களுக்கு வழங்கி வருவதுடன், பயிற்சியின் நிறைவில் சான்றிதல் வழங்கப்படுகின்றது.

உயர்தரப் பரிட்சை எழுதிய பின்னர் இடைப் பட்ட காலப்பகுதியில் இந்தப் பயிற்சிக்காக அதிகமான மாணவர்கள் இணைந்துகொள்வதுடன் வெளிநாடுகளுக்கு செல்லும் பெண்களும் தமக்கான தொழிலை தேர்ந்தெடுக்கும் வகையில் இந்த 3 மாத கால பயிற்சியினை மேற்கொள்கின்றனர்.

இங்கு 5 ஆசிரியர்கள் மாணவர்களுக்கான செய்துமுறையுடன் கூடிய பயிற்சியினை வழங்கி வருகின்றனர். அத்துடன் இங்கு பயிற்சியைப் பெறும் மாணவர்களுக்கு இந்நிறுவனமே தொழில் வாய்ப்பினையும் பெற்றுக்கொடுக்கின்றது.

சிலரிடம் தோன்றி பலரிடம் சென்றால் அது கலை. அந்தவகையில் தமது திறமைகளை அலங்கார வடிவில் அழகுக்கலையாகக் கற்று இன்று அதிக வருமானம் பெறக்கூடிய தொழிலாக இக் கலையை பெரும்பாலான பெண்கள் கற்றுவருகின்றனர்.



கவிதா சுப்பிரமணியம்
ஆசிரியர்
கலாலயா நிறுவனம்

“நான் நடுஞ்சார கட்டும்பத்தைச் சேர்ந்தவர்களுக்கு பாடசாலைக் கல்வியை பண்டத்திற்பு யகனிர் கல்லூரியில் கற்று உயர்தரப் பரிட்சை ஏழைகி நின்றால் வீட்டில் ஏதும் செய்யாமல் இருந்தால் சம்பாதிக்க முடியாது எனவே ஏதாவது திருநாளில் பயிற்சியை பெறுவேண்டும் என்று மோசித்து இருக்கும் காலப்பகுதியில் தான் தொலைக்காட்சிகளில் அழகுக்கலை திரைப்பாளர் நிகழ்ச்சிகளை அதிகம் பார்ப்பதுண்டு இதுநாள் அழகுக்கலையை பயில வேண்டும் என்று ஆர்வம் ஏற்பட்டது. இதன் நின்றால் வாழ்ப்பாணத்தில் நியங்கிவருகின்ற பல பெண்களுடைய சுயதொழில் முன்னேற்றக்கூட்டுரப்பு வழிகாட்டியாக திகழுவின்ற கலாவையா அழகுக்கலை நிறுவனம் பற்றி அதிந்த எணக்கும் அதன் மீது ஆர்வம் இருந்ததால் எனது ஆர்வாளின் வேண்டுகோளின் பொயில் கலாவையாளில் சேர்ந்து அங்கு அழகுக்கலையை கற்றுக்கொண்டு இப்போது அங்கேயே ஆசிரியராகவும் பணியாற்றுகின்றேன்.”



'இந்தி' முறைச் சுடு விழார்ச்சனங்

சமுத்தில் போருக்குப் பின்னர் இடம் பெறுகின்ற நல்ல மாற்றங்களில் ஒன்றாக குறும்படங்களின் வரவினைக் குறிப்பிட வாய். சினிமா என்ற ஊடகத்தால் சமூகத் தில் ஓற்படக்கூடியதாகக் கண்டியானவை. அந்தவகையில் சமுத்தமிழர்கள் சினிமா என்கின்ற மொழியினாடாக தங்களது நடைமுறைப் பிரச்சினைகளை சொல்ல ஆரம்பித்திருப்பது உண்மையில் வரவேற் கத்தக்க விடயம் எனலாம்.

யாழ்ப்பாணம், சாவகச்சேரியைச் சேர்ந்த எஸ். ஏ. நிலான் அவர்கள் இயக்கி பிரான்ஸை சேர்ந்த கங்கைவேணி கலை வாசன் தயாரிப்பில் அண்மையில் வெளி வந்திருக்கும் குறும்படம்தான் ஆழி. சமூத் தின் குறும்பட வரலாற்றில் ஒரேநேரத்தில் மூன்று நாடுகளில் இப்படம் வெளியிடப் பட்டதாக இயக்குநர் தெரிவித்திருப்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

இளைஞர் ஒருவர் அவுஸ்திரேவியா செல்லும் நோக்கில் படகில் செல்வதாக ஆரம்பிக்கிறது படம். ஒரு அழகான குடும்பம், மனைவி, குழந்தைகளுடன் வாழ்ந்து வரும் கதாநாயகன் பணம் சம்பாதிப்ப



தற்காக அவுஸ்திரேவியா செல்கின்றான். தன் மனைவி யிடம் இருந்த நகைகளை விற்றும் நண்பனிடமிருந்து மூலம் கடன் பெற்றுக்கொண்டும் அவுஸ்திரேவியா சென்ற வருக்கு என்ன நடக்கிறது தன் குடும்பத்தினுள் என்பதை மிகத் தெளிவாக 11 நிமிடத்துக்குள் அழகாக சொல்லியிருக்கும் இயக்குநருக்கு பாராட்டு தெரிவிக்கலாம். இன்றைய காலத்தில் சமூகத்துக்கு தேவையான ஒரு நல்ல செய்தி இக்குறும்படத்தின் மூலம் பதியப்பட்டுள்ளது. இப்படத் தினை You tube இல் ஆழி என தேடிப்பார்க்கமுடியும்.

EXCLUSIVE LADIES TAILORING



ROYAL FASHION

E-mail: firnaz.royalfashion@gmail.com

[f](#) royalfashionlanka

Mobile: 0770072223, 0757433238

Tele: 0114 283 598

No : 32, Joseph lane,
(Off Duplication Road) Colombo 4.

ஒரு வெயிடான் கதை

அந்தப் பெண் பஸ்கக்குக் காத்திருந்து போரடித்ததில் எடை பார்க்கும் மினினில் ஏறி நின்று ஒரு ரூபாய் போட்டாள்.

“உங்கள் எடை 54 கிலோ. உயரம் 52 - 53. நீங்கள் கித்தார் வாசிப்பீர்கள்” என்று சீட்டு வந்தது.

நானாவது கித்தார் வாசிக்கவாவது என்று சிரித்துக்கொண்டே உட்கார்ந்திருந்த இடத்துக்குப் போனாள். கொஞ்ச நேரத்தில் ஒரு ஆள் கித்தாரோடு வந்தான்.

பள்ளில் இதை கொஞ்சம் வச்சிக்கங்க. என்று கொடுத்துவிட்டு எங்கேயோ போனான்.

எதேச்சையாக அதன் தந்திகளை மீட்டிய போது ஹிந்தோள் ராகம் ஒலித்ததில் அயர்ந்து போனாள்.

அந்த ஆள் வந்து திரும்பி கித்தாரை வாங்கிப் போனதும் ஆவல் மிகுதியில் மறுபடி எடை மினினுக்குப் போனாள். மறுபடி எடை பார்த்தாள்.

“உங்கள் எடை 54 கிலோ. உயரம் 52 - 53. எதிர்பாராமல் ஜந்நாறு ரூபாய் சம்பாதிப்பீர்கள்” என்று வந்தது.

மறுபடி அவள் உட்கார்ந்திருந்த இடத்துக்குப் போனாள்.

எக்ஸ்கியூஸ் மீ. ஜந்நாறு ரூபாய்க்கு சில்லறை இருக்குமா? என்று ஒரு ஆள் வந்தான்.

அதை வாங்கிக்கொண்டு ஹேந்ட் பேக்கைத் திறந்து சில்லறை தேடிக்கொண்டிருந்தபோது, ஒரு பஸ் ஹாரன் அடித்தபடி நகர ஆரம்பித்தது.

ஐயய்யோ... பஸ் போகுது என்று சில்லறை வாங்காமலே அந்த ஆள் ஓடினான்.

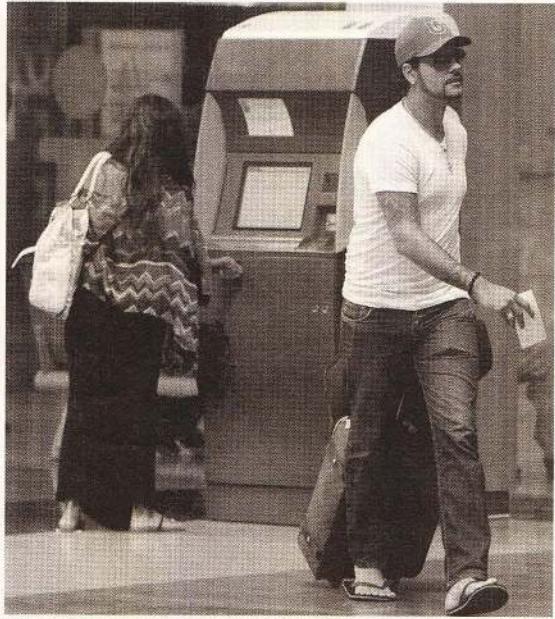
திரும்பவும் ஆச்சரியம் தாங்காமல் எடை பார்க்கப் போனாள்.

இம்முறை சீட்டில், “உங்கள் எடை 54 கிலோ. உயரம் 52 - 53. ஒரு அழகான இளைஞனுடன் எக்கச்சக்கமான அனுபவம் ஏற்படப் போகிறது” நீங்கள் நினைப்பது சரிதான்.

அவளாருகே ஒரு இளைஞன் வந்து உட்கார்ந்தான்.

“அழகாகத்தான் இருக்கிறான்” என்று நினைத்தாள்.

அவள் அவளைப் பார்த்து சிரித்துவிட்டு,



இந்த மினினில் எடை பார்த்தால் அதில் எழுதியிருப்பதெல்லாம் நடக்கிறது என்றான். தொடர்ந்து மூன்று சீட்டுக்களைக் காட்டி அதில் எழுதியிருப்பதெல்லாம் நடந்ததாக சொன்னான். கடைசி சீட்டில் எழுதி இருப்பதை நம்பகே முடியவில்லை என்றான்.

என்ன எழுதியிருக்கு?

ஒரு அழகான பெண்ணுடன் சல்லாபம் பண்ணுவேன் என்று எழுதியிருக்கு, நான் அழகா இருக்கேனா?

அழகாகத்தான் இருக்கிங்க, ஆனா

என்ன ஆனா, அவள் தன் சீட்டைக் காட்டினாள். சிரித்தார்கள்.

இரண்டு பேரும் தோளில் கைபோட்டு பயணி கள் தங்கும் அறை ஒன்றுக்குப் போனார்கள். பொழுது சல்லாபமாகக் கழிந்தது. அந்த இளைஞன் “பை” சொல்லிவிட்டு போய்விட்டான்.

வேக வேகமாக எடை மினினுக்கு மறுபடி போனாள்.

சீட்டே வரவில்லை.

மினினை இரண்டு உதை விட்டு ஆட்டிப் பார்த்தாள். பின் கதவு திறந்தது.

கை நிறைய எடை டிக்கட்டுக்களுடன் அதே இளைஞன் உள்ளே உட்கார்ந்திருந்தான்.

96 வயதில் பட்டம்

வரங்கிய பாட்டி



பல்வேறு காரணங்களுக்காகப் படிப்பைப் பாதியில் நிறுத்திய பலரும் பிறகு சோம் பல்பட்டு அதைத் தொடரவே மாட்டார்கள். சிலர் அரச வேலையின் பொருட்டுத் துசி தட்டுவார்கள். இன்னும் சிலர் ஒழுங்காகப் படித்திருந்தும் கட்டணம் செலுத்த முடியாமல் படிப்பைப் பாதியில் விட்டு விடுவார்கள்.

அமெரிக்காவில் வாழும் கிறார் ஜெசி ஓயிட் என்ற பெண். இவர் 1939இல் பிரிட்டனில் இருந்தபோது அங்குள்ள கல்லூரி ஒன்றில் பட்டப்படிப்பை முடித்தார். ஆனால், பட்டத்தைப் பெறுவதற்கான கட்டணத்தைச் செலுத்த முடியாத தால் அவரால் பட்டம் வாங்க முடியாமல் போய் விட்டது. காலங்கள் ஓடி விட்டன. ஒன்றிரண்டு ஆண்டுகள் அல்ல, 75 ஆண்டுகள். இப்போது அவருக்குத் திடீரெனப் பட்டப்படிப்பைப் பூர்த்தி செய்ய வேண்டும் எனத் தோன்றியுள்ளது. இதை அறிந்த அவரது நண்பர் டோனா கில்பர்ட் கட்டணம் செலுத்தி பட்டம் பெற ஏற்பாடு செய்தார். 75 ஆண்டுகளுக்குப் பிறகு 96 வயது அமெரிக்கப் பாட்டி பட்டம் பெற்றுள்ளார்.

வயது முத்து பூனை



பூனைகளின் ஆயுட்காலம் சராசரியாக 15 - 16 வருடங்கள்தான். ஆனால், பாபின்று பூனைதனு 24 வயது பிறந்த நாளைக் கடந்த பெப்ரவரியில்தான் கொண்டாடியது. இந்தச் சாதனைக்காக பாபிக்கு கிண்ணஸ் புத்தகத்திலும் இடம் கிடைத்தது. பூனைக்கு 24 வயது வரை வாழ்வது மனிதன் 114 வருடங்கள் வாழ்வதற்குச் சமமானது. இங்கிலாந்தின் கடற்கரை நகர மான போர்ன்மட்டைச் சேர்ந்த ஜாக்கி என்பவருக்குச் சொந்தமானது இந்தப் பூனை.

மனித ரோபோக்கள் விற்பனை



சர்வதேச தொழில்நுட்ப நிறுவனம் ஒன்றுமனிதங்களுக்கு உதவும் மனித ரோபோக்களை விற்பனைக்கு விட இருக்கிறது. ஜப்பானைச் சேர்ந்த நிறுவனம் வடிவமைத்துள்ள இந்த மனித ரோபோக்கள் கதவைத் திறப்பது, கார் ஓட்டுவது, வழி யில் இருக்கும் தடைகளை அகற்றுவது என பல அன்றாடப் பணிகளைச் செய்யும் எனத் தெரிவிக்கப்படுகிறது. ஆரம்பக் கட்டப் பரிசோதனைகளில் வெற்றிபெற்றுள்ள இவ்வகை ரோபோக்களை பொது மக்களுக்குப் பயன்படும்படி இன்னும் சில தொழில்நுட்ப மாற்றங்களைச் செய்து விற்பனைக்கு விட திட்டமிட்டுள்ளதாக அந்நிறுவனம் தெரிவித்துள்ளது. (அது சரி, இந்த ரோபோக்கள் சமைக்குமா என நீங்கள் கேட்பது புரிகிறது)

புற்றுநோயைக் கண்டறியும் எனிய சிறுநீர் பரிசோதனை!



ஒருவரின் சிறுநீரைக் கொண்டு அவருக்குப் புற்றுநோய் இருக்கிறதா என்று கண்டறிந்து சொல்லக்கூடிய எனிய பரிசோதனையை வடிவமைக்கும் முயற்சியின் இறுதிக்கட்டத்தைத் தாங்கள் அடைந்திருப்பதாக அமெரிக்க விஞ்ஞானிகள் தெரிவித்துள்ளனர்.

பெண்கள் தாம் கருத்தரித் திருக்கலாம் என்று நினைத்தால் கடையில் இருந்து ஒரு சிறு பட்டியை வாங்கிவந்து அதனை தமது சிறுநீரில் நனைத்து பின்னர் அதில் ஒரு கோடு தெரிகிறதா அல்லது இரண்டு கோடுகள் தெரிகின்றனவா என்பதை வைத்து தாம் கருத்தரித்துள் கோமா இல்லையா என்பதைத் தெரிந்துகொள்ள முடியும்.

அதுபோல, ஒருவருக்கு ஒரு ஊசியைப் போட்டு பின்னர் அவரது சிறுநீரில் இதேபோல ஒரு பட்டியை நனைத்து அவருக்குப் புற்றுநோய் இருக்கிறதா இல்லையா என்று கண்டறிவதற்கான ஒரு பரிசோதனை முறையை அமெரிக்காவில் மஸ்ஸசெக்ஸெட்டில் இன்ஸ்டிடியூட் ஒவ்வொலஜி யைச் சேர்ந்த விஞ்ஞானிகள் உருவாக்கிவருகின்றனர்.

நன் பிரவுடு சடுரே ஏப்ரூங்கடு?

கூடிக்களித்து மறுமைக்கும் சேர்த்து இம்மையிலேயே இன்பம் துய்ந்து காதல் எனும் கடவிலுள் முழ்கித் தினைக்கும் தலைவி பிரிவினைத் தாங்கமாட்டாளே; என்ன செய்வது என்று எண்ணிய தலைவன் அவளது தோழியிடம் சென்று “நீதான் உன் தலைவியிடம் எனது பயணம் பற்றிக் கூறிட வேண்டும்” என்கிறான். அவனும் “சரி” யென்று தலையைச்து விட்டுச் செல்கிறாள்; சந்தர்ப்பம் பார்த்து, தலைவன் சொன்ன விஷயத்தை தலைவிக்கு எடுத்தியம்பினான்.

அதைக்கேட்ட தலைவியோ எதையும் கூறவில்லை; ஆனால் அவள் முகத்திலும் செய்கையிலும் மாற்றம் தெரிந்தது. முதலில் தன் கைவளையல்களை நோக்கினாள், பிறகு அவள் தன் தோள்களை நோக்கினாள். தோழிக்கு ஒன்றுமே புரியவில்லை. நாம் என்ன வென்றால், இவருடைய தலைவன் வெளியூருக்குப் போகப் போகிறான் என்று கூறுகிறோம், இவள் என்ன வென்றால் இவ்விதம் கைவளைகளையும் தோளையும் நோக்குகின்றாளே என்று எண்ணியவளாய் இருக்கவும், அதன் பின்னர் தலைவி தன் பாதங்களை நோக்கினாள். இவ்வளவும் வாய் பேசாமலேதான் நடக்கின்றன.

தோழிக்குப் புரியவில்லை; இவள் மௌனமாகச் செயல் படுகிறாளே என்று எண்ணியவளாய், சரி நாம் தலைவனிடமே சொல்வோம் என்று எண்ணியவளாய், தலைவன் இருக்கும் இடம் வந்து “ஜயா நீர் சொன்ன வண்ணம் உம் முடைய அருமைத் தலைவியிடம் சொன்னேன்; அதற்கு அவள் இது போன்று நோக்குகிறாள், இவ்விதம் செயல் பட்டதில் ஏதோ விஷயம் இருக்கிறது” என்று தன் மனதில் பட்டதை அங்விதமே கூறினாள்.

பிரிவு என்றதும் இந்தச் சமுதாயம் என்ன செய்யும், உடனே அவளைப் பற்றிப் பேசுத்தான் செய்யும். இவ்விதம் ஏற்படும் பிரிவை முதலில் மற்றவர்களுக்கு உணர்த்துவது அவருடைய வளையல்கள்தான். தன் தலைவன் அவளோடு சேர்ந்து மகிழ்ந்திருந்தது போன்று அவருடைய கைவளையல்களும் இருந்து வந்தன; தலைவன் இனிப்பிரியப் போவதால் அவருடைய கைவளையல்களும் பிரிந்து விடும்; ஆம், கழன்று வந்து விடும். இவ்விதம் கழலுவதால் பெண்களுக்கு இவளை வைத்து வம்பு பேசுவது பற்றிக் கேட்கவே வேண்டாம்; கம்மாவே வாயை மெல்லுபவர்களுக்கு அவவும் வெல்லமும் கிடைத்த கடையாகிவிடும்.

தலைவன் சென்ற பின்னர் அவள் உண்மையில் வாடித் தான் போவாள்; முதலில் அவள் தோள்கள்தான் வாடிப்போய் விடும். அவளுக்குத் துணையாக இருந்தவரை - கூடிக்களித்து இன்பம் தந்தவரை பிரிந்தால் அவள் நிலைமை என்னவாகும்!

வளையல்களும் கழன்றுவிடாமல், தலைவன் பிரிவால் தோள்களும் துவண்டு போகாமல் இருக்க அவள் என்ன செய்ய வேண்டும்? வேறு வழியே அவருக்குத் தெரியவில்லை, தலைவனுடன் அவளும் புறப்பட்டுச் செல்ல வேண்டும்; இவ்

விதம் செல்வதை சமுதாயம் ஒத்துக் கொள்ளுமா என்ற சிந்தனையும் அவனிடம் பிறந்தது. என்ன செய்வது என்று தெரியவில்லை.

திடீரென்று அவளுக்கு “ஞானம் பிறந்தது” போன்ற ஒரு தோற்றம் ஏற்பட்டது. அப்போதுதான் அவள் தன் பாதங்களை நோக்கினாள். வளையல் களை முதலில் நோக்கிய அவள் பின்னர் தோள்களை நோக்கினாள்; அதன் பின்னர் தான் புத்துணர்வு பெற்றவள் போலப் பாதங்களை நோக்க ஆரம்பித்தாள்.

தலைவி இவ்விதம் பாதங்களை நோக்கி டக் காரணம் உண்டு. வளையல் கள் கழன்று விழுவதால் ஏற்படும் துன்பங்களையும் போக்க வேண்டுமானால் பாதங்களை நோக்குவதைத் தவிர அவளுக்கு வேறு வழி இல்லை. தலைவன் செல்லும் வழித் தாழும் சென்றுவிடலாம் அல்லவா? எனவேதான் பாதங்களை அவள் நோக்கினாள். என்றுதான் எண்ணியதை தலைவனிடம் தோழி கூறுகிறாள். இவ்விதம் அவள் கூறுவதும் தலைவன் உண்மையில் குழம் பித்தவித்தான். இதனையே திருவள்ளுவர்

தொடி மென்தோனும் நோக்கி அடி நோக்கி அஃதான் டவள்செய்தது.

என்றார்.



கேட்கும் குழந்தைகளும் தூய்மொழும்

கேட்கும் திறனை இழுத்தல் பொதுவாகப் பிறப்பிலேயே ஏற்படும் ஒன்றாகும். பிறக்கும் ஆயிரம் குழந்தைகளில் அண்ணவாக 2 தொடக்கம் 4 குழந்தைகள் கேட்கும் திறனின்றிப் பிறக்கின்றனர்.

பிறக்கும் ஒவ்வொரு குழந்தையும் மூன்றில் ஒரு பேச்சைமையத்துடனேயே பிறக்கின்றது. ஆனாலும், கேட்கும் திறன் இருந்தால் மட்டுமே இப் பேச்சு மையம் வேலைசெய்யும். வினரவாக இருக்கும்தைகேட்கும் பட்சத்தில் இப் பேச்சு மையம் திறம்பட விருத்தியடைவது சிறப்பாகும். கேட்கும் திறனின்றி பிறக்கும் குழந்தை ஆரம்பத்திலேயே இனங்காணப்படாவிடின் ஒலியானது மூன்றைய அடையாததுடன் குழந்தையின் பேச்சுத்திறனும் விருத்தியடையாது. ஆகவே, ஒரு குழந்தையுடன் மிகவும் நெருக்கமான உறவில் இருக்கும் தாய், குறைபாட்டை ஆரம்பத்திலேயே இனங்கண்டால் அதற்கான சிகிச்சையை செயற்றினாக மேற்கொள்ளுமதியும்.

செவிட்டுத்தன்மை ஒரு குறைப்பாடாயினும் அதற்கான சிறந்த பரிகாரங்கள் இப்போது உலகில் உள்ளது. சரியான நேரத்தில் அதற்கான பரிகாரம் செய்யப்படுமாயின் சாதரண ஒருவரைப்போல இயல்பு நிலை வாழ்க்கையை உங்கள் பிள்ளையும் மேற்கொள்ள வாய்ப்புண்டு.

செவிட்டுத்தன்மையைப் பரீட்சித்து அளவிட மருத்துவ பரிசோதனைகள் இருந்தபோதிலும் வீட்டிலேயே அளவிடக்கூடிய சிறு சிறு சோதனைகளைத் தாயான நீங்கள் தெரிந்துவைத்திருத்தல் அவசியம். 15 மாதக் குழந்தையைப் பரீட்சிக்கப் போகிற்கள் எனின், மிகக் அதிர்வை ஏற்படுத்தாத சுத்தங்களை முதலில் பயன்படுத்துங்கள். கைதட்டுதல், விசிலிட்டத்தல், வீட்டு மணி போன்றவற்றையும் பின்னர் வெவ்வேறு மீடிறன் உறப்பு மற்றும் பிற வேவுபாட்டோடு கூடிய மனித குரல்களையும் பயன்படுத்தலாம். ஆனாலும் கேட்காத குழந்தை தன் தாயின் அசைவுகளைக் கொண்டு ஒலிக்குத் திருந்பிப் பார்க்கவும் முடியும். கேட்கும் திறன்கொண்ட குழந்தை ஒலிகளைக் கேட்டும் சட்டை செய்யாதிருக்கவும் முடியும். எனவே, வெவ்வேறு குழுவில் வேறுபட்ட முறையில் குழந்தையைப் பரீட்சித்துப் பார்த்தால் மட்டுமே ஒரு முடிவுக்கு வரமுடியும்.

சாதாரண கேள் தகைமை உள்ள ஒரு குழந்தை 15ஆம் மாதம் முதல் 24 ஆம் மாதம் வரையான காலத்திற்குள் தனக்குக் கூறப்படும் விடயத்தை விளங்கிக்கொள்வதில் அதிவேக முன்னேற்றத்தைக் காட்டுவது முடியும்.

15ஆம் வயதின் முடிவில் வழமையாக சொற்களை ஒன்று சேர்த்து வாக்கி யங்களாகப் பேச ஆரம்பிக்கும். இப்பேச்சானது தெளி வானதாகவோ அல்லது சிறிய உச்சரிப்பு பிழைகளோடும் அமையலாம். இவ்வாறான தொடர் பேச்சைக் குழந்தைகள் வெளிப் படுத்தத் தாயானவள் எளிய முழு மையான வாக்கியங்களாக எந்த நேரமும் குழந்தையுடன் உறவாட வேண்டும்.

தன் குழந்தை கேள் தகைமை குறைவானது எனத் தெரிந்தபின்பு தாயானவள் மேற்கூறிய விடயத்தில் எந்த மாற்றத்தையும் செய்யத் தேவையில்லை. மாறாக, குழந்தையுடனான உரையாடலை அதிகப்படுத்த வேண்டும். மேலும் பேசும் சுத்தத்தை அதிகரித்து பேச்சின் வேகத் தைக் குறைத்து தெளிவாக அருகி விருந்து பேசவேண்டும். குழந்தையோடு பேசும்போது முக்கியமாகக் கவனிக்கவேண்டிய விடயம் யாதை னில், தேவையற்ற அசாதாரண முகபாவங்களும் சைகை மொழியும் அசாதாரண வாய் அசைவுகளும் கட்டாயமாக நீக்கப்படவேண்டும் எந்தோறும் கேள்தகைமை குறைவான குழந்தையோடு சாதாரணமாகப் பேசவதையே பழக்கப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்.

மேலும் தாய் தன் குழந்தையோடு உரையாடும்போது குழந்தையின் கண்களை நோக்கிய வண்ணம் பேசவதையும் விழித் தொடர்பு நீங்கும்போது நிறுத்தி மீண்டும் விழித்தொடர்பு ஏற்படும் போது பேசவும் வழமையாகிக் கொண்டால் குழந்தையும் உரையாடுபவரை உற்று நோக்கப் பழகுவதோடு தாய்க்கும் தன் குழந்தையின் பார்வையில் பேசுக் கிருக்கப்படுகிறதா என்பதை அறிந்துகொள்ளலாம்.

தாயின் அன்பால் செய்ய முடியாதது எதுவுமில்லை. எனவே, ஒரு தாயின் முயற்சியே கேள் தகைமை குறைவான அல்லது கேள் தகைமையற்ற குழந்தையின் வாழ்வில் வெற்றியையும் முன்னேற்றத்தையும் ஏற்படுத்த உதவும் என்பது உறுதி.



MEDCON pvt ltd இல் கேட்டல்-பேச்சுப் பயிற்சிபெற்றவர்கள், வைத்தியாகள் மகிழ்வடன் நிற்பதைப் படத்தில் காணலாம். (இது தொடர்பான விளம்பரம் ஒன்று 67ஆம் பக்கத்தில் உள்ளது.)

"நீங்கள் நினைச்சால் எங்கடை திருமணம் நடக்கும். உங்களுக்கும் விழவுகாலம் பிறக்கும். உங்கடை முடிவை எதிர்பார்த்துக் காத்திருக்கிறன்" சாதகமான பதில் கிடைக்கும் என்ற நம்பிக்கையோடு கேட்டான்.

ஆனால், அவன் சொன்ன பதிலோ அவனது நெஞ்சில் வேல் பாய்ச்சியது போலாக அவன் துடித்துப் போனான். அவனது மனதில் அவன் சொன்ன பதில் அடிக்கடி வந்துபோனது. "என்ன மன்னித்துக் கொள்ளுங்கள் பிரசாந். என்மேல் இரக்கப்பட்டு எனக்கு வாழ்வளிக்க நினைத்த தற்கு நன்றி. காலம் கடந்தபின் திருமண பந்தத்தில் சிக்கி அதன்பின் பிள்ளைகள் பெற்றுத் தள்ளாத வயதிலை தடுமாறுவதை விடத் தனியாக இருப்பது மேலானது. அதைவிட, என் பெற்றோரின் வயோதிப காலத்தில் உதவியாக இருந்து அவர்களைக் கவனிப்பது சிறந்ததுபோல எனக்குத் தெரிகிறது. அவர்களைப் பரிதவிக்கவிட எனக்கு இஷ்டமில்லை. பெற்றோரின் ஆசியோடு நடக்கவேண்டிய திருமணம் அவர்களின் கண்ணரோடு நடக்கவேண்டாம்.

பெற்றவர்களது மனதைப் புண்படுத் தியோ, எந்த விடயமானாலும் அவர்களோடு கலந்தாலோசிக்காது முடிவெடுத்தோ எனக்குப் பழக்கமில்லை. இதுவரை வழக்கத்திலிருந்துவந்த ஒரு பழக்கத்தை மாற்றிக்கொள்ள எனக்கு இஷ்டமில்லை" என்று சட்டெனக் கூறிவிட்டானே. அவன் வருந்தினான்.

ஆனால், மனதைக் கல்லாக்கிக்கொண்டு மஞ்சளா இப்படிச் சொன்னாலும் அவனது மனமோ தன் முழுமையடையாத வாழ்க்கையை நினைத்துக் கொந்தளித்தது. பிரயாணத்துக்கான கடைசி பஸ்ஸையும் தவறவிட்ட பயணி ஒருவரின் மனநிலையில் குழம்பினாள் அவன்.

அவனது திருமணத்துக்கான சுவிச் சீங்கிருக்கிறது என்று அறிந்த பிரசாந், அவளுக்காக வருத்தப்பட்டான். ஆனால், அவன் தன் முடிவான முடிவைச் சொல்லிய பின் அவனால் என்னதான் செய்ய முடியும்?

"பெண்கள் நடைமுறை வாழ்க்கையில் சில உண்மைகளைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். போராடுபவன்தான் வெற்றி பெறுவான் என்ற தத்துவத்தை அவர்கள் கொண்டிருக்கவேண்டும். தான் விரும்பிய ஒருவரைக் கணவராக அடைவது தவறில்லை என்பதை அவர்கள் தெரிந்துகொள்ளவேண்டும்.



காத்தருக்கப் போக்றான்....

பெற்றோருக்குத் தன் வாழ்நாள் முழுவதும் உழைத்துக் கொடுத்துவிட்டு தன்னை மெழுகுதிரி ஆக்கிக்கொள்ளும் பெண்களின் வாழ்க்கை துயரமானது.

தள்ளாத வயதில் பெற்றோரைக் கவனிப்பது அவர்களது கடமையென்ற என்னத்தோடு அவர்களது பிள்ளைகள் செயலாற்றும்போது அந்தப் பிள்ளைகளுக்கும் காலாகாலத்தில் செய்யவேண்டிய கடமைகளைப் பெற்றோரும் மறக்காமல் செய்யவேண்டும். ஒழுக்கம் என்ற போர்வைக்குள் பெண்களின் இளமை ஆசைகள் எல்லாம் அடங்கி ஒடுங்கிப்போய் ஒட்டுக்குள் உறுப்புகளை அடக்கி வாழும் ஆழமயைப் போல, கட்டுப்பாடான நிலையில் வாழும் பெண்களும் தம் கடமையை மறந்த பெற்றோரும் வாழும் நம் தாய்நாட்டிலிருந்து வெகுவிரைவில் வண்டனுக்குச் சென்றுவிட வேண்டும். என்று நினைத்தபடி அவன் மெல்ல எழுந்து நடக்கிறான்.

அப்போது வாணொலியில் யாரோ ஆற்றிய உரை ஒலிபரப்பாகிக்கொண்டிருந்தது.

“...இன்று பெண்கள் பெண் விடுதலைக்கான போராட்டங்களை முன்னெடுத்து வருகின்றனர். பெண்களுக்கான அமைப்புகள், நிறுவனங்கள் பெண்ணிய மேம்பாட்டில் தம்மை ஈடுபடுத்தி வருகின்றன. ஒரு காலத்தில் வீட்டுக்குள் அடைக்கப்பட்டிருந்த பெண்கள் இன்று புதுமைப் பெண்களாக - பாரதிகண்ட புதுமைப் பெண்களாக ஆண்களுடன் சரிசமனாகப் பதவிகளிலும், அரசியலிலும் ஆட்சிப் பீடங்களை அலங்கரித்தும் வருகின்றனர்.

எனவே, பெண்களே! விழித்தெழுங்கள். வாணொலி பெண் விடுதலைபற்றி தொடர்ந்து கொண்டிருக்கிறது.

அவன் மஞ்சளா வீட்டிலிருந்து வெளியில் சென்று அவளைத் திரும்பிப் பார்க்கிறான். வாட்சி சோர்ந்துபோன முகத்துடன் அவள் கதவை மூடிவிட்டு உள்ளே செல்வது தெரிகிறது.

ஒரு பெண்ணின் வாழ்க்கை அந்தக் கதவுக்குள் மூடப்பட்டுவிட்டதே என்ற மனச் சுமையுடன் பிரசாந் வண்டன் செல்வதற்கு ஆயத்தமாகிறான்.

முற்றும்.

வினாயாட்டு அறிவுப் போட்டி

போட்டி இல: 09 வினாக்கள்

01. 2014 ஆம் ஆண்டு கால்பந்தாட்ட உலக கோப்பை போட்டிகளில் தங்கப் பற்று விருதினை வென்ற வீரர் எந்த நாட்டவர்?
1) ஜேர்மனி 2) ஆர்ஜூன்ஸீனா 3) பிரேசில்
02. சர்வதேச கிரிக்கெட் சம்மேலனத்தின் புதிய தலைவர் யார்?
1) அரவிந்த டி சில்வா 2) என். சீனிவாசன் 3) கபில்தேவ்
03. 2014 இல் உலக கோப்பை கொக்கி போட்டியில் வெற்றிபெற்ற அணி எது?
1) அவஸ்ரேலியா 2) இந்தியா 3) நெதர்லாந்து
04. 20 ஓவர்களைக் கொண்ட கிரிக்கெட் போட்டிக்கான இலங்கை அணியின் தலைவர் யார்?
1) டினேஸ் சண்டிமால் 2) மலிங்கா 3) குமார் சங்கக்கார
05. 2014 ஆம் ஆண்டுக்கான ஐசிசி உலக T - 20 அணியின் கப்டன் யார்?
1) டோனி 2) மலிங்கா 3) ஸ்ஹபன் மைபர்க்

போட்டி இல : 7 வினாக்கள்

01. பிரேலில் 02. சந்திக கத்துருசிங்க
03. ரஷ்சியா 04. அவஸ்ரோலியா
05. ஐமேக்கா

பரிசு பெறும் அதிர்ஷ்டசாலிகள்

01. இ. வணஜா, 54/19, சங்கீத வீதி, தாமரைக் கேணி மட்டக்களப்பு.
02. எம். என். வைராஜநிதி, இல.148, மல்கமந்தேனியா, அலவத்துக்கொட்ட.
03. திருமதி ரி. சிதம்பரநாதன், டச்சு வீதி, கோப்பாய் தொற்கு, கோப்பாய்.

யன்பவளினமயில் உயர்ந்துநிற

2014 ஆம் ஆண்டு ஆகஸ்ட் மாதம் 12 ஆம் திகதி கொண்டாப்பரவிருக்கும் சர்வதேச இலாக்ஷ்யமூலப்போக்கு என அறிவிக்கப்பட்டிருக்கின்றது. இதையொட்டி நாம் யாழ் பல்கலைக் கழகங்களா? பெண்களா? என ஒரு விவாதத்தை தொடங்கிவைத்தோம்...

அக்காமாரின் வாதம்

★ இன்று ஆண்களை விட பெண்களே உயர்ந்த பதவிகளை வகிக்கிறார்கள்.

★ ஆண்களை விட பெண்கள் ஆளுமை உடையவர்களாகவும், கல்வியில் உயர்ந்தவர்களாகவும் காணப்படுகின்றனர்.

★ பல்கலைக்கழகத்தை எடுத்துக் கொண்டால் பெண்களின் விகிதா சாரமே அதிகமாகக் காணப்படுகிறது.

எமது பல்கலைக்கழகத் துணை வேந்தரும் ஒரு பெண்தான்.

★ ஆண்களின் துணை இல்லாத வீடுகளில் பெண்களே குடும்பப் பொறுப்பை ஏற்கின்றனர்.

★ கருவை சுமக்கின்ற தன்மை .

பெண்களுக்கே உண்டு. இதனால் அவள் பல வேதனைகளை அனுபவித்தாலும் அதனைத் தாங்கக்கூடிய மனவிலை உடையவளாகிறாள்.

★ ஆண்கள் உடல் வலிமை உடையவர்களாக இருந்தாலும் மனவிலை உடையவர்கள் பெண்களே.

★ ஒவ்வொரு ஆணுடைய வெற்றிக்குப் பின்னாலும் ஒரு பெண் இருப்பாள். தாயாக, சகோதரியாக, மனைவியாக, காதலியாக, நண்பியாக இருந்து ஆளின் வெற்றிக்கு துணைபுரிகிறான்.

★ இன்றைய காலத்தில் சமூக சேவைகளில் அதிகம் ஈடுபடுவது பெண்கள்தான். ஆண்களின் துணை இல்லாமல் பெண்கள் இருப்பார்கள். ஆனால், பெண்களின் துணை இல்லாமல் ஆண்கள் இருக்கமாட்டார்கள்.

ஆண்களுக்கு நிகராக சாதனை நிலைநாட்டிய பெண்களாக கல்பனா செல்லா, அன்னை திரேசா காணப்படுகின்றனர்.



பெர்பது ஆண்களா? பெண்களா?

ஈரூப் திவாத்திர்கான கருப்பொநுளாக “இனாகும் மற்றும் வுதிகளிடம் அகமதியான மனவிலையை எக்கழக அக்காமாறையும் அண்ணாமாறையும் ஒவிஅரசி சார்பில் அனுகி மனவிலையில் சிறந்தவர்



விவாதித்தவர்கள்

முன்றாம் வருடம்

மாணவர்கள்

(33 ஆவது அன்றி)

கலைப்பிடம்

யாழ். பங்கலைக்கழகம்.

வர்களாகவும் தளர்வடையாதவர்களாகவும் இருப்பார்கள்.

★ பெரும்பாலான நாடுகளின் தலைவர்கள், இராணுவச்சிப்பாய்கள் ஆண்களாக இருப்பதனால் ஆண்களே மனவிலை உடையவர்கள்.

★ பல துறைகளில் நிபுணத்துவமுடையவர்களாகவும், வல்லுனர்களாகவும் இருப்பது ஆண்களே.

★ எந்த சாதனைகளை எடுத்துக் கொண்டாலும் முதலில் நிலைநாட்டுபவர்கள் ஆண்கள்தான்.

உதாரணமாக, முதலில் விண்வெளிக்குச் சென்றவர்கள், நிலவுக்கு முதலில் சென்றமை, எவ்ரெஸ்ட் சிகரத்துக்கு முதலில் சென்றமை.



பாட்டுச்சேலை

கட்டுரைப்பொட்டு

வேலைத்தளங்களில் பெண்கள் எதிர்நோக்கும் சவால்கள்

ஜூன் மாத 'ஓளிஅரசி'யில் வெளியான 'வேலைத்தளங்களில் பெண்கள் எதிர்நோக்கும் சவால்கள்' என்னும் தலைப் பிளான் கட்டுரைப் போட்டியில் பட்டுச்சேலை பரிசுக்காகத் தெரிவுசெய்யப்பட்ட கட்டுரையை எழுதிய இலவத்தரசி திருமதி கங்காஜினி பக்ரதன் (போதும் வாய்க்கால், உருத்திரபுரம், கிளிநோக்சி)

இன்றைய நாகரிகமானதும் அபி விருத்தி நிறைந்ததுமான நூற்றாண்டில் பெண்கள் தமது கல்வியறிவை மேம்படுத்தி தம்மைச் சுற்றியிருக்கும் தடைகளை அறுத்து சுயமாக வாழவினையும் காலமிது.

ஒவ்வொரு வீட்டுகளிலும் சுய தொழில், அரச பணி, தனியார் நிறுவனங்கள் எனப் பெண்கள் வேலைக்குச் சென்று உழைப்பது மிகச் சாதாரண விடயமாக மாறி விட்டது. இதனால் ஆண்கள், குடும்பம், பிள்ளைகள், சமூகம் என அனைவருக்கும் நன்மையே நடை பெறும் விடயமாகிப் போனாலும் பெண்கள் தமது வேலைத்தலங்களில் பல இன்னல்களை அனுபவிக்கின்றனர்.

மேலதிகாரிகளாலோ, சுக பணியாளர்களாலோ இரட்டை அர்த்த வார்த்தைகள் (Double meaning), பார்வைகளின் அத்துமீற்கள் என பெண்கள் துஷ்பிரயோகப்படுத்தப்படுகின்றாள். துஷ்பிரயோகம் என பது பாலியல் ரீதியான துண்புறுத்தல் என்பது மட்டுமல்ல, பார்வை, வாங்கத் தொடுகை எல்லாமே துஷ்பிரயோகமாகக் கருதப்படுகின்றது.

சிலர் எதேச்சையாக அல்லது தவறுதலாக நடைபெறுவதுபோல் பாசாங்கு செய்து இடிப்பது, பொருட்களைக் கொடுக்கும் போது

கைகளால் தொடுவது போன்று நடப்பார்கள். சிலர் உண்மையாகவே நல்லவர்களாக - நடபாக இருக்கும் போது அவர்களை இணைத்து ஒருசிலர் கதைகள் கட்டுவர். இங்கு உண்மை நட்பு கொச்சைப்படுத்தப்படுகின்றது. இவை அனைத்தும் பெண்களை உளவியல் ரீதியாகப் பெறவெனவு பாதிக்கும் என்பதை இவர்கள் புரிந்துகொள்ளவே மாட்டார்கள்.

சில அலுவலகங்களில் தாபன விதிக்கோவை அல்லது நிறுவன சட்டவிதிகளை மீறி பலர் மது, புகைப்பிடித்தல் போன்ற வற்றில் ஈடுபடுகின்றனர். மது அருந்திவிட்டு கேவலமான - தகாத வார்த்தைப் பிரயோகம் செய்தல், சிறுசிறு மோதல்கள் எனத் தமது போக்கில் நடப்பார்கள். பக்கத்தில் பெண் அலுவலர்கள் இருக்கிறார்களே இவர்களும் எமக்குச் சகோதரியோ, மகளோ, தோழியோ ஏதோ ஓர் உறவு முறைக்குச் சமமானவர்கள் என ஒருவரும் நினைப்பதில்லை. இதுதான் வன்முறைகளின் ஆரம்ப குணமாகின்றது.

சில அலுவலகங்களில் கம்பியூட்டரில் இரவுக் காவலாளி என்ற பதவிப் போர்வைக்குள் அல்லது கடுமையான வேலை என்ற பாசாங்கில் சிலர் தகாத படங்களைப் பார்ப்பதும் அதனை அழிக்கவோ (Delete), மறைக்கவோ தெரியாமல் விட்டுச்செல்வர். காலையில் பணிக்கு வரும் பெண் அலுவலர்கள் சிலவேளை இவற்றைக் காணவேண்டிய இழிநிலை ஏற்படுகின்றது.

பல பெண்கள் தாம் வேலைத்தலத்தில் முகம் கொடுக்கும் சவால்களைத் தமது பெற்றோரிடமோ, கணவரிடமோ, நண்பர்களிடமோ சொல்லத் தயங்குகின்றனர். பல வேலைத்தலங்களில் பெண்களுக்கு என குடிதண்ணர் வசதியோ, மலசலகூடமோ, சாப்பாட்டு அறையோ ஒதுக்கப்படுவதில்லை. அது அவர்களின் அடிப்படை வசதியைப் பெற்றுக்கொள்வதில் ஏற்படுத்தப்படும் பாரிய குற்றமாகும்.

தமது தனிப்பட்ட வாழ்க்கையைத் தவிர, குடும்பம், சமூகம் மட்டுமன்றி, நாட்டிற்கும் நன்மை பயக்கும் பெண்களின் உழைப்பு அதனைப் பெறும் மேலதிகாரிகள், முதலாளிகள் அக்கறை காட்டி துஷ்பிரயோகம் நடைபெறுவதைத் தடுத்து பெண்களின் தடைக்கற்களை அகற்ற வேண்டும். 'பெண்கள் நாட்டின் கண்கள்.' அதைப் பராமரிப்பது அனைவரினதும் கடமையாகும். தற்காலத்தில் பெண்கள் தமக்கு எதிராக முளைத்துநிற்கும் அனைத்துச் சவால்களையும் எதிர்கொள்ளத் தயாராகவே உள்ளனர் என்பது உண்மையே.

இம்மாதத்துக்கான கட்டுரையின் தலைப்பு

விடுகளில் இடம்பெறும் பெண்கள் மீதான வன்முறைகள்

கட்டுரையை எழுதி இம்மாதம் 25 இற்கு முன்னர் அனுப்பவும், அனுப்புவேண்டிய மகவரி 4ஆம் பக்கத்தில் காணப்படுகிறது.

சிறந்த கட்டுரைகளில் இருந்து எடுக்கப்பட்ட முக்கிய அம்சங்கள்

பெண்களுக்கு வேலைத்தளங்களில் இழைக் கப்படும் கொடுமைகள் தொடர்பாக தெளிவான பதிவுகள் காணப்பட்டாலும் இவை தொடர்பாக கவனத்தில் எடுக்கப்படுவதில்லை. பெண்கள் வேறு, மனித உரிமைகள் வேறு என்றே நோக்கப் படுகின்றது. இந்திலையில்தான், பெண்கள் மீதான கொடுமைகள், உரிமை மீறல்கள் பாரிய அளவில் இடம்பெறுகின்றன என்னாம். மேலும் இன்று பெண்கள் வேலைத்தளங்களில் பாரிய பிரச்சினைகளுக்கு முகங்கொடுத்து வருகின்றனர். சில பெண்கள் தொழில் புரியும் இடங்களில் ஆண் கள் பெண்களை அச்சுறுத்தி வைத்து வேலைவாங்குகின்றனர். சில வேளைகளில் பெண்களைத் தமக்கு அடிமையாக்கிக் கொள்கின்றனர்.

பாத்திர ரிள்கா சுலூபாஸ், அக்ரஹன, கன்டூ.

வேலை என்று போனால் எந்த இடத்திற்கும் செல்லவேண்டிய நிலை காணப்படுகின்றது. இதனால் பெற்றோர், கணவன், பின்னைகளை விட்டு வேறு ஊரிற்குச் சென்று தனியாக உழைக்க வேண்டிய நிலை ஏற்படுவதால் மன உள்ளச்சலை யும், மொழிப் பிரச்சினை, பாதுகாப்பு இன்மை போன்றவற்றையும் பெண்ணானவள் எதிர்கொள்ள வேண்டிய நிலை தோன்றுகின்றது. மேலும் சில இடங்களில் பெரியவர்களின் சிபாரச் இருந்தால், பணமிருந்தால் மட்டுமே வேலை எனக் காணப்படுகின்றது. இதனால் ஏழைப் பெண்களின் நிலை கேள்விக்குறியாகக் காணப்படுவது மன வேதனைக் குரிய விடயமாக உள்ளது.

முத்துவூக்குமி இடுவைரியாகுர்ஸ்யா, கொக்குவில்.

சில பெண்கள் செல்லும் வேலைத்தளம் அதிகதாரமாக இருந்தால் ரயிலிலோ அல்லது பஸ்ஸிலோ பிரயணம் செய்வார்கள். அவர்கள் பல காரணங்களால் குறிப்பிட்ட நேரத்திற்கு வேலைக்கு சமூகமாகிக்கமுடியாமல் போய்விடுகிறது. இதனால் மேலதிகாரியின் கோபத்திற்கும் ஆளாகவேண்டியுள்ளது. இதன் காரணமாக அன்றை முழுவதும் மனக்குழப்பத்துடன் வேலைசெய்கின்றனர். சிலர் தேவையற்ற வீண் கட்டுக்கைத்தகளை வேலைசெய்யும் இடங்களில் பெண்களுக்கெதிராகப் பரப்பி விடுகின்றார்கள். இதனால் பெண்கள் அவர்மனப் படவேண்டிய நிலைக்குத் தள்ளப்படுகின்றார்கள். இவ்வாறு பல வழிகளில் பெண்கள் எதிர்நோக்கும் சவால்கள் நிறையவே உள்ளன.

சிறுமீது புத்தாராஜா, நல்லூர், யாழ்ப்பாளம்.

பெண்கள் ஆண்களுக்கு சளைத்தவர்கள் அல்லர் என்றாலுமித்து பல மேலதிகாரிகளாக உள்ளனர். இவர்களிடம் பணிபுரியும் ஆண்கள் அவர்கள் கூறும் பணிகளை முழுமையாக ஆற்றுவதில்லை. அவர்கள் முதுகுக்குப்பின் புறங்கூறும் நிகழ்வுகளும் நடந்துவன்னாமே உள்ளன. நேரிலோ தேவிலும் இனிய வார்த்தைகளை உதிர்க்கின்றார்கள் ஆனங் வர்க்கத்தினர்.

சிறுமீது பக்ரதன் சிரேமதா, கருவெட்டு.

காதலில் விழுந்து போதைக்கு அடிமையாகிய பெண்களைவிட வேலைத்தளங்களிற்குச் சென்று அதுவும் தங்கு விடுதிகளில் தங்கி வேலை செய்யும் இடங்களிலுள்ள பெண்கள்தான் அதிகமாகப் போதைக்கு அடிமையாகி வருகின்றனர். வேலைத்தளங்களில் பெண்கள் எதிர்நோக்கும் சவால்கள் அவர்களது எதிர்காலத்தையே கேள்விக்குறியாக்கி விடுகின்றன. இன்றைய காலத்தில் இட ஒதுக்கீடுகளின்றி, வயது வேறுபாடு இன்றி பாலியல் துஷ்பிரயோகம் விரைவாக வளர்ச்சியடைகின்றது. பாலியல் துஷ்பிரயோகமானது வேலைத்தளங்களில் பெண்கள் மத்தியில் நிரம்பி வழிகின்றது.

சிறுமீது வாதாராஜன் ரஞ்சினிதேவி, வார்த்.

அலுவலகப் பணிகளில் பெண்களுக்குரிய பங்கு என்ன; அவர்கள் எப்படி நடத்தப்படவேண்டும் எனும் கொள்கைகளும் கோட்பாடுகளும் எழுத்தள விலேயே நின்றுவிட்டன. சபல புத்தியுள்ள சில ஆண்களால் அலுவலகங்களில் ஏற்படுகின்ற சிறு சிறு முரண்பாடுகள் சில வேளைகளில் அவளது வேலைக்கே உலைவைக்கும் அளவிற்கு வஞ்சம் தீர்க்கும் நிலையை உருவாக்குகின்றது. இதற்காக பல துறைகளில் சிறந்து விளங்கும் ஆண்களின் கூட்டு முயற்சியும் தொடர் பிரச்சினையாக - ஒரு பெண்ணின் சுயத்தை அழிப்பதாக - அடுத்து வரும் சந்ததிகளின் தற்றுணிவை தட்டிப்பார்ப்பவையாக அமைந்துவிடுகின்றன.

ஈ. ராமிலமேரி, திருதூக்கன்டூ.

அதிகமாக மேலதிகாரிகளிடமிருந்துதான் பெண்கள் அதிக சவால்களை எதிர்நோக்குகின்றனர். பெண்களின் பலவீனத்தைத் தமக்குச் சாதகமாக எடுத்துக்கொண்டு அவர்களைத் துன்புறுத்துகின்றனர். தனது வறுமையைக் கருத்திற்கொண்டு வேலைத்தளங்களில் தங்கி வேலை செய்யும் பெண்களின் அவலநிலையை வார்த்தைகளால் வடிக்கமுடியாது. தங்குவிடுதிக் காவலங்களிடையில் பெண்களைத் தொட்டுப்பார்க்க முயல்கின்றான்.

ச. புத்தாராஜன், வார்த்.

ஆன், பெண் இருபாலாரும் தொழில்புரியும் இடங்களில் பெண்கள் பல பிரச்சினைகளை எதிர்நோக்குகின்றனர். நையாண்டி, இரட்டை அர்த்தப் பேச்சு, உரசல்கள், கண்சாடை செய்தல் போன்ற பலவற்றுக்கு முகங்கொடுக்கவேண்டியுள்ளது. கொஞ்சம் சகித்தால் பிழையான பேர்வழி என்றும், முறைத்தால் அடங்காப்பிடாரி என்றும் பேர்கூட்டி விடுவார்கள். இவ்வாறு பெண்கள் எதிர்நோக்கும் சவால்கள் சொல்லில் அடங்காது.

ச. திருஞ்சிதூர், புத்தார்.

அனுப்பாலம்



விளையால் தோற்றும் தரும் விளைப்படுத்

1. வெயிலில் அதிகம் அலைவதால் முகத்தில் வறட்சியும் சுருக்கங்களும் தோன்றும். சிலருக்கு வயதாக வயதாக இந்தச் சுருக்கங்கள் அதிகரித்து மனதை வாட்டும். கவலைப்படாதீர்கள். விளாம் பழம் இருக்க வேதனை ஏன்?

இரண்டு ஹஸ்பூன் பசும்பாலுடன் இரண்டு ஹஸ்பூன் விளாம்பழ விழுதைச் சேர்த்து நன்றாக அடித்துக்கொள்ளுங்கள். இதை முகத்தில் 'மாஸ்க்' போல போடுங்கள். விளாம்பழ விழுது எவ்வளவு நேரமானாலும் உலராது என்பதால் சிறிது நேரத்தில் நீங்களாகவே கழுவி விடுங்கள். இந்த சிகிச்சையைத் தினமும் காலையில் செய்தால் இழந்த பொலிவு மீள்வதுடன் இன்னும் உங்கள் முகம் இளமையாக மாறும்.

2. குழந்தையைப் போன்ற மென்மையான சருமத்தை விரும்பாதவர்கள் யார்? விளாம் பழத்தில் அதற்கான இரகசியம் இருக்கிறது. விளாம்பழத்தின் சதைப் பகுதியைத் தனியே எடுத்துக் காய்வையுங்கள். இதனுடன். பார்வி, கஸ்தரி மஞ்சள், காய்ந்த ரோஜா மொட்டு, எல்லாவற்றையும் சம அளவு எடுத்து அரைத்து கொள்ளுங்கள். இதை குளியல் படுத்தாகப் பயன்படுத்தினால் முரடு தட்டிய தோல் மிருதுவாவதுடன் கரும்புள்ளிகளும் காணாமல் போகும். சருமப் பொலிவுடன் கேச ஆரோக்கியத்துக்கும் வழி சொல்கிறது விளாம்பழம்.



கடவுள் கறுப்பா? சிவப்பா?

ஒரு பெரியவர் அரசமரத்தின் கீழ் அமர்ந்து கடவுளைத் தியானித்துக் கொண்டிருந்தார். அங்கே ஒரு மாணவன் சென்றான். அம்மாணவன் மிகுக்கும் சொல் துடுக்கும் உடையவனாகக் காட்சியித்தான்.

“ஐயா, பெரியவரே! என் உட்கார்ந்துகொண்டே தூங்குகின்றீர்? சுகமாகப் படுத்து உறங்கும்” என்றான்.

“தம்பி! நான் உறங்கவில்லை. கடவுளைத் தியானிக்கிறேன்.”

“ஓ! கடவுள் என்று ஒன்று உண்டா? ஐயா! நான் எம்.ஏ. படித்தவன்; நான் மூடன் அல்லன்; நூலறிவு படைத்தவன்; கடவுள், கடவுள் என்று கூறுவது மூட்தனம். கடவுளை நீர் கண்ணால் கண்டிருக்கின்றோ?”

“தம்பி! காண முயலுகின்றேன்.”

“கடவுளைக் கையால் தீண்டியிருக்கின்றோ?”

“இல்லை.”

“கடவுள் மீது வீசும் மனத்தை மூக்கால் முகர்ந்திருக்கின்றோ?”

“இல்லை.”

“ஐயா! என்ன இது மூட நம்பிக்கை? உம்மை அறிவற்றவர் என்று கூறுவதில் என்ன தடை? கடவுளைக் கண்ணால் கண்டில்லை; மூக்கால் முகர்ந்ததில்லை; கையால் தொட்டில்லை; காதால் கேட்டில்லை; இல்லாதவென்றை இருப்பதாகக் கற்பனை செய்துகொண்டு அரிய நேரத்தை வீண்டிக்கிறீரோ? உம்மைக் கண்டு நான் பரிதாபப் படுகிறேன். உமக்கு வயது முதிர்ந்தும் மதிநலம் முதிரவில்லையே! பாவம்! உம்போன்றவர் களைக் காட்சிச்சாலையில் வைக்கவேண்டும். கடவுள் என்றீரோ! அது கறுப்பா? சிவப்பா?” என்றார்.

“அது சரி, தம்பி! உன் சட்டைப் பையில் என்ன இருக்கின்றது?”

“தேன் போத்தல்.”

“தேன் இனிக்குமா? சுக்குமா?”

“என்ன ஐயா! இதுகூட உமக்குத் தெரியாதா? சுத்த மக்குப் பண்டமாக இருக்கின்றீர். உலக மெல்லாம் உணர்ந்த தேனை இனிக்குமா, சுக்குமா என்று வினவுகின்றீரே! உணவுப் பொருட்களி லேயே தேன் தலைமை பூண்டது. இது அருந்தேன். இதை அருந்தேன் என்று எவன் கூறுவான்? அதற்காக இருந்தேன் என்பான். தேன் தித்திக்

கும். இதை எத்திக்கும் ஒப்புக்கொள்ளும்.”

“தம்பி! தித்திக்கும் என்றனையே அந்த இனிப்பு கறுப்பா? சிவப்பா? சுற்று விளக்கமாக கூறேன். நீநல்ல அறிஞன்” என்றார் அந்த முதியவர். மாணவன் திகைத்தான்.

தித்திப்பு என்ற ஒன்று கறுப்பா, சிவப்பா என்றால் இந்தக் கேள்விக்கு என்ன விடை கூறுவது என்று திக்கித் தின்றினான்.

“ஐயா! தேனின் இனிமையை எப்படி இயம்புவது? இதைக் கண்டவனுக்குத் தெரியாது! உண்டவனே உணர்வான்.”

பெரியவர் புன்முறுவல் பூத்தார்.

“அப்பா! இந்தப் பெளதிகப் பொருளாக ஜிடவஸ்துவாகவள் தேனின் இனிமையையே உரைக்க முடியாது. உண்டவனே உணர்வான் என்கின்றனயே? ஞானப் பொருளாக அனுபவ வஸ்துவாக விளங்கும் இறைவனை அனுபவத்தால் தான் உணர்தல் வேண்டும்.

தேனுக்குள் இன்பம் கறுப்போ? சிவப்போ? வானுக்குள் ஈசனைத் தேடும் மதியிலீர்!

தேனுக்குள் இன்பம் செறிந்திருந்தாற் போல் ஊனுக்குள் ஈசன் ஒளிந்திருந்தானே!”

என்கிறார் பரம ஞானியாகிய திருமூலர்.

மாணவன் வாய் சிறிது அடங்கியது. “பெரியவரே! எனக்குப் பசிக்கிறது. சாப்பிட்டுவிட்டு வந்து உம்முடன் உரையாடுவேன்.”

“தம்பி! சுற்று நில். பசி என்றனயே. அதைக் கண்ணால் கண்டிருக்கின்றாயா?” “இல்லை.”

“என்ன தம்பி! உன்னை அறிஞன் என்று நீயே கூறிக்கொள்கிறாய். பசியைக் கண்ணால் கண்ட தில்லை; மூக்கால் முகர்ந்ததில்லை; கையால் தொட்டில்லை; அப்படியிருக்க, அதை எப்படி நம்புவது? பசி பசி, என்று ஒன்று கிடையவே கிடையாது. இது சுத்தப்பொய். பசி என்று ஒன்று இருக்கிறது என்று கூறுபவன் முட்டாள். உனக்கு இப்போது புரிகின்றதா? பசி என்று ஒன்று அனுபவப்பொருள். அது கண்ணால் காணக் கூடியதன்று. அதுபோல் தான் கடவுளும் அனுபவப்பொருள். அதைத் தவறு செய்து மெய்யனர்வினால் உணர்தல் வேண்டும்.”

மாணவனின் உடம்பு வியர்த்தது; தலை சுற்றியது. பெரியவர் கூறுவதில் உண்மை உள்ளது என்பதை உணர்ந்து கொண்டான்.

இளைஞர்கள் மத்தியில் நீரிழிவு நோய் நீரிழிவு நோய் அதிகரித்துள்ளதாக இந்த ஆய்வு தெரிவிக்கிறது?

இலங்கையில் இளைஞர்கள் மத்தியில் நீரிழிவு நோய் குறிப்பிடத்தக்கவை அதிகரித்துள்ளதாக அண்மையில் மேற்கொள்ளப்பட்ட ஆய்வொன்றின் முடிவு வெளிக்காட்டியுள்ளது. குறிப்பாக, 22 முதல் 30 வரையான வயதுடைய இளைஞர்கள் மத்தியில் நீரிழிவு நோய் அதிகரித்துள்ளதாக இந்த ஆய்வு தெரிவிக்கிறது.

தந்த 2006ஆம் ஆண்டு தொடக்கம் இலங்கையிலுள்ள தனியார் மருத்துவமனைகள், அரசு மருத்துவமனைகள் மற்றும் சிறப்பு மருத்துவ முகாம்கள் எனப் பல்வேறு தரப்பினரிடமிருந்தும் தொடர்ச்சியாகப் பெற்றுக்கொள்ளப்பட்ட தகவல்களைக்கொண்டு மேற்கொள்ளப்பட்டதாக அந்த ஆய்வு அறிக்கை சுட்டிக்காட்டியுள்ளது.

இளைஞர்கள் மத்தியில் வேகமாக அதிகரித்து வருகின்ற நீரிழிவு பிரச்சினை என்பது இலங்கையில் மட்டுமல்ல, ஏனைய ஆசியநாடுகளிலும் காணப்படுகின்ற பொதுவான பிரச்சினை எனப்படுகிறது. இதற்கு இரண்டு காரணங்களை மருத்துவர்கள் கூறுகின்றனர்.

ஒன்று, மாறிவரும் உணவுப் பழக்கவழக்கங்கள். இரண்டாவது, மனஅழுத்தங்களுடன் கூடிய வாழ்க்கை. உணவுப் பழக்கவழக்கத்தைப் பொறுத்த வரையில் இன்றைய இளைஞர்கள் அதிகமாக என்னென்றெய்த்தனமை மற்றும் கொழுப்பு கூடிய செயற்கை முறையிலான விரைந்த உணவுகளை யும் (Fast Foods), இறைச்சி சார்ந்த உணவு வகை கணையும் அதிகமாக உண்ணுகின்றனர். அதைவிட

உணவில் இலைவகைகள், மரக்கறிகளை மிகக் குறைவாக உட்கொள்வதுவும் பிரச்சினைக்கான ஒரு காரணமாகக் குறிப்பிடுகிறார்கள்.

இலங்கையில் விவசாயத்தின்போது பயன் படுத்துகின்ற நுண்ணுயிர்க்கொல்லியின் அளவும் அதிகமாக காணப்படுவதாகவும் இதுவும் இவ்வாறான நோய்கள் ஏற்படுவதற்கான காரணமாக அமைய வாம் எனத் தெரிவிக்கப்படுகின்றது. இளைஞர்கள் மத்தியில் காணப்படுகின்ற உழைப்புகள் மற்றும் உற்பயிற்சிகளின் அளவு குறைவடைந்து வருகின்ற மையமும் ஒரு காரணமாக குறிப்பிடுகிறார்கள்.

நாடு பூர்க்கவும் இளைஞர்கள் மத்தியில் நீரிழிவு நோய்த் தாக்கம் அதிகமாக காணப்பட்டாலும் இவற்றின் அளவு பிரதேசத்துக்குப் பிரதேசம் வேறு பட்டுக் காணப்படுவதுடன், நகரப் பகுதிகளில் வேயே இதன் தாக்கம் அதிகமாக காணப்படுவதாகவும், கிராமப் பகுதிகளில் குறைவாக உள்ள தாகவும் தெரிவிக்கப்பட்டுள்ளது.

மக்கள் மத்தியில் இந்நோய்த் தாக்கம் புற்றிய விழிப்புணர்வு நடவடிக்கைகள் மேற்கொள்ளப் பட்டு வந்தாலும் முக்கியமாக நமது வாழ்க்கை முறையை மாற்றவேண்டும் என்ற விழிப்புணர்வு இன்னமும் அதிகமாக மக்களிடத்து எடுத்துச் செல்லவேண்டும் என்கிறார்கள்.

இதன் தாக்கத்தைக் குறைப்பதற்கு மக்கள் தமது வாழ்க்கையை மாற்றுதல் அவசியம். அந்த வகையில் இலைகறி, மரக்கறிகள், தானியங்கள் மற்றும் பழங்கள் என்பவற்றைத் தமது உணவு களுடன் எடுப்பது, என்னைய் வகை, கொழுப்பு சார்ந்த உணவுகளையும், இறைச்சி வகைகளையும் தவிர்த்தல் அவசியம்.

உணவும் இரோக்கியமும்

நாம் அன்றாடம் உட்கொள் கின்ற உணவு வகைகள் எல்லாவகையான சத்துக்களையும் கொண்டதான் ஆரோக்கிய உணவாக காணப்படுகின்றதா என பார்த்துக்கொள்ளுதல் அவசியம். என்னென்ன உணவுகள் என்னென்ன வகையான சத்துக்களைக் கொண்டிருக்கின்றது என்பதனை தெரிந்து கொண்டிருப்போமா யின் ஆரோக்கியமான உணவினை நாம் உட்கொள்ள முடியும்.

இறைச்சி, ஈரலும் அனைத்து விலங்கு உருப்பகளும், மீன், நெந்தலி, கருவாடு, சோயா, பருப்பு கடலை, உழுந்து, மூளைத் தருப்பு போன்ற வற்றிலும் கடும் பச்சை நிறகிரவகை களான வல்லாரை, சாரணை, மூளைக்கி இலை, பீட்ரூட் இலை, முருங்கை இலை போன்றவற்றிலும் உடைத்த பருப்புக்களான சோயா, பருப்பு, போஞ்சி, பயிற்றங்காய், சிறகவரை, கெளப்பி, கடலை, பயறுவகைகளிலும் மரக்கறிகளான முருங்கை, வாழைப்பூ, பீக்கங்காய், புடலங்காய், வெண்டிக்காய், பாவற்காய், தாமரைக்கிழங்கு மற்றும் பழவகைகளான கொய்யா, மாதுளம், விளாம்பழம், பெசன் புரூட், மாம்பழம், வாழைப்பழம், பப்பாசிப்பழம் போன்ற உணவு வகைகளிலும் இரும்புச்சத்து உள்ளடங்கியுள்ளன.

பழங்களிலுள்ள விட்டமின் A, C, E சொனியம் என்பன நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியாக செயற்படுகின்றது. இது கலங்களிலும் ஏற்படக் கூடிய தீங்குகளை அறவே குறைக்கவோ அல்லது தவிர்க்கவோ உதவுகின்றன. அதுதவிர பற்றுநோய், நீரிழிவு, இதயநோய், பாரிசவாத, உயர்குருதி அழுக்கம், சுவாச நோய் கள், மூட்டுவாதம் போன்ற நோய்களைத் தவிர்க்கும் ஆற்றலும் நோய் எதிர்ப்புத் தன்மை கொண்ட உணவு வகைகளுக்கு உண்டு.

பீட்ரூட் கத்தரிக்காய், மஞ்சள் வற்றாளை, கிழங்கு தக்காளி, பூசனிக்காய், மூளைக்காய், கோவா, சிரகவரை, வெண்டிக்காய், வாழைப்பக்காய் போன்ற மரக்கறிவகைகள் பப்பாசிப்பழம், மாதுளம், அன்னாசி, தோடம், வத்தரிப்பழம், யானைக் கொய்யா, கொய்யா, மா, தேசிக்காய், அப்பிள் முந்திரிகைப் பழம் போன்ற பழவகைகள் பருப்பு சோளம், கடலை, பயறு மூளைத்தது கெளபி மற்றும் அகத்தி, வல்லாரை, முருங்கை போன்ற இலைவகைகளிலும் வாசனைச் சரக்குகளான இஞ்சி, பூடு, கறிவேப்பிலை, கருவா, கராம்பு போன்றவற்றிலும் நோய் எதிப்புச் சக்தியுள்ள விற்றமின்கள் அதிகாவு காணப்படுகின்றது.

மீன் முட்டை கருவாடு, இறைச்சி, பருப்புவிதை என்பவற்றில் ஒன்றையோ அல்லது சிலவற்றையோ தினமும் உணவோடு உட்கொள்ளுதல் அவசியம். மீன், நெந்தலி, கருவாடு ஆகிய வற்றில் காணப்படும் புதம் உடலுக்கு சிறந்ததாகும். இவை இருதய நோக்கும், கொலஸ்ட்ரோல் மூலம் ஏற்படும் அனைத்து நோய்களுக்கும் பயனுள்ளதாகக் காணப்படுகின்றது.

மீன் என்னெனியில் அடங்கியுள்ள ஓமேகா 3 கொழுப்பமில வகை, உடல் இயக்கம், நரம்பு, மூளை வளர்ச்சி என்பவற்றுக்கு இன்றியமையாதது. அத்தியவசிய கொழுப்பமிலங்கள் மீனின் மூளையில் காணப்படுவதால் சமையலின்போது தலையுடனே சமைக்கவேண்டும். என்பு வளர்ச்சிக்குத் தேவையான கல்சியம் எமக்குக் கிடைக்கும். கடல் மீன் அயமன் குறைபாட்டை தவிர்க்கும்.

முட்டையில் மனித உடலுக்கு அத்தியாவசிய அமினோ அமிலங்கள் அடங்கி இருப்பதுடன் விட்டமின் B, B₁₂, A, D, E போன்றவையும் இரும்பு, கல்சிய, நாகம், அயமன் போன்ற கனியுப்புக்களும் காணப்படுகின்றன. மேலும் கொலஸ்ட்ரோல், இருதய நோய் உள்ளோர்க்கு முட்டையின் வெண்கருக்களை மட்டும் சாப்பிடுவது சிறந்தது. வைத்திய ஆலோசனைப்படி கிழமைக்கு 2 - 3 முட்டைகள் வரை சாப்பிடுவது உடல் ஆரோக்கியத்துக்கு நல்லது.

இலவச மருத்துவ பரிசோதனை

Free E.testing

01. இரத்த சேகாக நோய் எந்த சத்து குறைப் பாட்டால் ஏற்படுகின்றது?
02. உலக சுகாதார தினம் எப்போது கொண்டாடப் படுகிறது?
03. சுவாச பற்று நோய் ஏற்படுவதற்கான பிரதான காரணம் எது?

விடைகளை தயால் அட்டை ஒன்றில் எழுதி 4 ஆம் பக்கத்தில் உள்ள முகவரிக்கு அனுப்புங்கள்.

வினாக்கள் கீச்சுக்கள்

இன்றைய காலகட்டத்தில் சமூக வலைத்தவாங்களின் பயன்பாடு எமது வாழ்க்கையுடன் பின்னிப் பினைத்துவிட்டது, சமூகவலைத்தவாங்கள் பற்றி ஒரு சில எதிர்மறையான கருத்துக்கள் இருந்தாலும் அவை எமது சமூகத்தில் ஓர் அங்கமாகவே மாறிவிட்டன. சமூகவலைத்தவாங்களில் Facebook முக்கியமானதாக எமது நாட்டில் காணப்படுகின்றது, இருந்தபோதும் தற்போது இந்தியா உட்பட்ட உக்காடுகளில் Twitter என்றும் சமூகவலைத்தவாங் Facebook இற்கு இணையாக வரீச்சியலாட்டுவாது. அந்த வகையில் Twitter வலைத்தவாத்தில் வந்த ஒருசில அம்சங்களை ஒவினாரசிதன் வாசக்கஞ்சாக இம்மாதம் முதல் தருகின்றார்.



அட ஆசரியக்குறி @tamilFacts :

கொகாகோலா . குளிர் பானம் 1906 ஆம் ஆண்டுகளில் தலைவரிக்கான மருந்தாக விற்கப்பட்டதாம்!



கவிதைக்காரன் @spnraji19 :

விதியில் விற்பவளிடம் பேரம் பேசி குறைத்ததை பெருமையாக நினைக்கா தீர்கள். அந்த சில ரூபாய்களில் அவருடைய ஒரு தேநீரை அவள் தியாகம் செய்ய நேரிடலாம்!!



பொன் குழந்தை @ponkulanthai :

அனைவருக்கும் விடுமுறை உண்டு...! ஆனால், அம்மாவுக்கு மட்டும் என்றுமே விடுமுறை இல்லை சமையலறையிலிருந்து...!!



தமிழ் @Mr_Puli :

ஊருக்கு செல்ல பணமில்லை என பிச்சையெடுப்பவர்களுக்கு கொடுத்துக் கொண்டு நான் இருக்கிறேன். உண்மையாகவே இல்லாதவனை ஏமாற்றிவிடுவோமோ என்ற அச்சத்தில்.



தமிழனி @manju_twits :

முதியோர் இல்லத்திலாவது விட்டுச் செல்ல மகன் இல்லையோ என்னவோ ரோட்டோரங்களில் காய்கறி விற்கும் அன்னைக்கு...



மீனம்மா @meenammakayal :

தந்தை சகோதரன் மகன் அதிகாரம் செய்வதை ரசித்துவிட்டு பெண்ணியம் பேசுவதில் எந்த பிரயோஜனமும் இல்லை



மதில் Male பூணை @ponram123 :

மலேசியாவில் வங்கிகளில் “தமிழில்” செக்கையோ, சலானோ எழுத அனுமதி உண்டு, தமிழகத்தில் அனைத்து வங்கிகளிலும் அனுமதி உண்டு. நாம்?



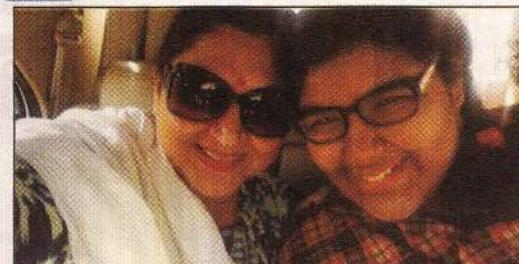
தமிழரி @barathi :

எல்லா வயதிலும் அம்மா என்பவள் தன்னால் பிள்ளைகளின் எந்தக் கவலை யையும் தீர்க்க முடியும் என்று எண்ணு கிறாள். நாம்தான் சொல்வதை நிறுத்தி விடு கிறோம்!



khushbusundar @khushsundar :

Me in my babydoll



சௌம்யா @arattaigirl :

இன்னிக்கு என்ன சமைக்கலாம் என்ற ஒயாத சிந்தனையில் உருவான வார்த்தை தான் ‘குழம்பு’

இந்த மேம்பாத்துவதற்கான மிகச் சிறந்த வாழி நம்பிக்கையே!

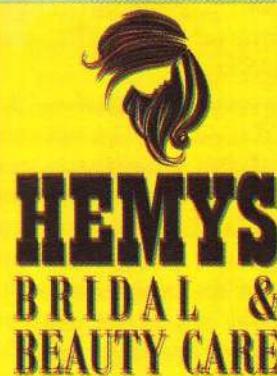
கண்ணாடியில் உங்கள் பிரதிபிம்பத்தினைப் பார்க்கும்போது முதலில் உங்களுக்குத் தோன்றுவதென்ன? நான் அழகாக இருக்கின்றேன் என்பதா, அல்லது எனது உடற்பருமனை நான் எப்படிக் குறைக்கலாம்; எனது முக்கு நீளமாக உள்ளது, வயிற்றில் கொழுப்புக் கூடி அழகற்றுக் காணப்படுகிறது என்பதா? எல்லாவற்றையும் நிறுத்திவிட்டு ஒருதடவை உங்களை உற்று நோக்குங்கள்.

உங்களின் உடற்தோற்றம் திருப்திகரமானதாக இல்லையென்று நீங்கள் கருதினால், அந்த நிலையில் உள்ளவர்கள் நீங்கள் மட்டும் அல்ல பெண் களில் பெரும்பாலானவர்கள் சமூக, கலாசார அளவைகளால் தொடர்ந்து அளவிடப்படுகிறார்கள். உதாரணமாக, மற்றவர்கள் எப்படித் தங்களை அழுபடுத்திக்கொள்கிறார்களோ, அவர்களைப்போல் அல்லது அவர்களை விடத் தங்களை மேன்மையாக அழுபடுத்திக்கொள்ள வேண்டும்”.

அப்படியில்லாவிடில் தங்களை மற்றவர்கள் தாழ்வாக நினைத்துவிடுவார்கள் என்று தப்புக்கணக்குப் போடுகிறார்கள். அத்தோடு விளம்பரங்களும் இதில் ஒரு முக்கிய பங்கு வகிக்கிறது. அவற்றில் வரும் அழகான பல்வரிசையுடன் கூடிய, கொடியிடையுடனான், நீளமான கூந்தலுடனும் மென்மையான மேனியும் கொண்ட பெண்கள், பெரும்பாலான பெண்களின் தாழ்வு மனப்பான்மையை இன்னும் ஒருபடி கூட்டிவிடுகின்றனர். உலக ஆய்வு ஒன்றில், 13 வயத்தைந்ததும் 53 வீதமான பெண்கள் தங்கள் உடற்தோற்றத்தினை நினைத்துக் கவலைப்படத் தொடங்கிவிடுவார்கள் என்றும் 17 வயத்தைந்ததும் 78 வீதமாக அது அதிகரித்து விடுகின்றது எனவும் தெரிவிக்கப்பட்டுள்ளது. இதில் எந்த ஆச்சரியமும் இல்லை. இதற்கு காரணம், யுவதி ஆகும்போது எமது மனம் அழகை நோக்கி தன்னியல்பாக ஈர்க்கப்படுகின்றது.

மாராக, ஆண்டவன் எமக்களித்த எங்களின் உடலின் தோற்றத்தினை நாங்கள் விரும்பத் தொடங்கினோமானால், வெவ்வேறு விதங்களில் எமது தோற்றத்தினை சீராக அழுபடுத்தி, மேம்படுத்த முடியும். ஒவ்வொரு பெண்ணிடமும் ஏதோ ஒருவித அழுகு இருக்கிறது. அதில் நம்பிக்கை வைத்து மென்மேலும் அழுபடுத்தி மெருகூட்டுவது எமது கைகளில்தான் உள்ளது. இது வாழ்வை மேம்படுத்தி, மகிழ்ச்சியான இன்பவழ்வு வாழ வழிவகுக்கும். இதற்கு பல வகைகளிலும் வழிகாட்டுபவரே அழுக கலை நிபுணர் ஆவார்.

எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக எமது உடல்நலத்தைப் பேணிப் பாதுகாக்க வேண்டும். இதுவே அடிப்படையாகும். அடுத்து எம்மேல் நாம் நம்பிக்கை வைக்கவேண்டும். அக்குடன் நாங்கள் ஒவ்வொரு வரும் தனித்துவமானவர்கள், ஒவ்வொரு விதத்தில் அழகானவர்கள் என்ற நிலையிலிருந்து என்றும் மாறக்கூடாது. இனிமையான எண்ணங்களைக் கொண்டு வாழ்வைச் செம்மைப்படுத்த வேண்டும். “அகத்தின் அழுகு முகத்தில் தெரியும்” என்பதற்கிணங்க எமது வாழ்வை இனிமையான, மகிழ்ச்சியான வாழ்வாக அமைத்துக்கொள்ள வேண்டும். உடலைப் பராமரித்துப் பாதுகாப்பதற்கு என்போன்ற அழியல் கலைஞரை நாடி உங்கள் உடலுக்கேற்ப ஆலோசனைகளைப் பெற்றுக்கொள்ளலாம். இதன் மூலம் இருக்கும் அழிகளை மென்மேலும் மெருகூடுத்த நாம் உதவிடுவோம்.



Address:
@ 89/2 1/1, Fussel's Lane,
Wellawatte, Colombo 06.
T: 4346834 **M:** 0773135585

Branch:
@ 80/1, New Chetty Street,
Colombo 13. **T:** 4858756

Email : hemy@hemysbridal.com / info@hemysbridal.com
Web : hemysbridal.com
Facebook : www.facebook.com/hemysbridalandbeauty



விளக்குகிறார்
மணமகள் அவங்கள்
பிழை ஹேமி

எந்த சிட்டத்திற்கும்
வகுகூதந்துவமைகள்
அலங்கார சௌகாலியம் வழங்க
ஏற்படு செய்யப்படுவதை
யது சிறந்த சௌகாலியம்
வழங்கல்காள்ள எம்முடல்
நொட்டுவகாள்ளவும்.

மாநுளாவின் மெந்தன்

சேவல்கள் இடைவிடாது கூவி விடியலுக்கு வழி சமைத்த அந்த அதிகாலைப் பொழுதில். பிரிய மறுத்த விழிகளை சிரமப்பட்டுத் திறந்தாள் மாதுளா. தலையணைக்கு அருகில் இருந்த கைத்தொலைபேசி மணி நான்கு எனக் காட்டவே இன்னும் சிறிது நேரம் தூங்கலாம் என எண்ணிய படி தலையணையில் சாய்ந்து கொண்டாள். கண்களை மூடிய போதும் நித்திரை வர மறுத்து. சரிந்து படுத்தாள் அருகிலே துயின்று கொண்டிருந்த அவளது அங்பு மகன் அபிமன்யுவோ ஆழ்ந்த நித்திரையில் இருந்தான்.

'இவனைப்போல குழந்தையாகவே இருந்துவிட்டால் எந்தத் துக்கமும் தெரியாதே' என எண்ண மிட்டது மனம். அவளது தலைமயிரைக் கோதி அங்பாய் வருடிய போது தாய்மையின் பூரிப்பில் ஒருக்கனம் சிலிர்த்துப் போனாள் மாதுளா. இந்த உலகில் தாய்மையின் சுத்திற்கு இணையாக எதுவுமே இல்லை என எண்ணிய போது உடல் விறைந்தது. காலம் அவளுக்குத் தந்த கசப்பான அனுபவங்கள் நினைவில் வந்து போயின. என்னிப்பார்க்கவே பிடிக்காத அந்த நினைவுகளை உத்திரிவிட்டு எழுந்து கொண்டாள். வீட்டு வேலைகள் அவளை விரைந்து அழைத்தன.

மாதுளா ஒரு முன்பள்ளி ஆசிரியை. ஏழுமணிக்கெல்லாம் பாடசாலைக்குச் சென்றுவிட வேண்டும். அதற்கிடையில் வீட்டு வேலைகளை மூடிக்கவேண்டும். சிந்தனைகளை அறுத்துவிட்டு பம்பரமாய் சூழ்ந்தாள். வயதான அப்பாவிற்குத் தேவையான அனைத்தையும் சொய்து மூடித்துவிட்டே அவள் செல்வது வழக்கம். தொடர்ச்சியாகக் கேட்ட இருமல் ஒலி அப்பா விழித்துவிட்டார் என்பதை அடையாளப்படுத்தியது. மற்ற வேலைகளை அப்படியே விட்டுவிட்டு அப்பாவிற்குத் தேநீர் கலப்பதற்காக விரைந்தான்.

போத்தல்கள் இருந்த அடுக்கில் அவசரமாய்த் துளாவி அப்பாவின்

நெஸ்ரமோல்ட்டை எடுத்தாள். பேணியின் அடிப்பாகத்தில் சிறிது மாவே இருந்தது. அடுத்த சம்பளம் வந்ததும்தான் வாங்கவேண்டும் என எண்ணியபடி பேணியை இரண்டு தட்டு தட்டி ஒட்டியிருந்த அனைத்தையும் தட்டிப் போட்டு அவருக்கான தேநீரைக் கலந்து முடித்தாள்.

"அப்பா இந்தாங்கோ".... தட்டுத்துமாறி எழுந்து அமர்ந்துகொண்டார் சாம்பசிவத்தார். "என்ன பின்னை சமையலுக்கு எல்லாம் கிடக்கே?" என்றார் மகளிடம்.

"ஓமப்பா நான் சமைக்கிறன், நீங்கள் படுங்கோ" என்றபடி தேநீர்க்குவளையை அவரிடம் கொடுத்துவிட்டு விரைந்து சென்றாள். அப்பாவைப் பார்க்கும்போது அவளுக்கு மிகவும் கவலையாக இருந்தது. அப்பா மட்டும் அவளோடு இல்லையென்றால் என்ன பாடுபட்டிருப்பாள். இந்தச்



சமூகத்தில் எப்படி வாழ்ந்திருப்பாள். முதுமை அப்பாவை அதிகமாக ஆட்கொண்டுவிட்டதை எண்ணியபோது வேதனையும் பயமும் அவளை ஒன்றாகத் தாக்கியது.

சமையலை முடித்துவிட்டு அடுக்களையெவிட்டு வெளியே வந்தவள் மகன் அபிமன்யுவின் குரல் கேட்டு விரைந்து வந்தாள். தாயின் மடி தேடும் கண்றுக்குட்டி போல் ஓடிவந்து கட்டிக் கொண்டான் அவளும் மகன். அவனை வாரி அணைத்து, தலைகோதி முத்தமிட்டாள். தாயின் கண்ணத்தோடு தனது கண்ணத்தை இழைத்து விளையாடினான். போவியாய் தூங்குவதுபோல தோளில் கிடந்த மகனின் பாசாங்கை ரசித்த அவளது உலகமே அபிமன்யுதான். மாதுளா இந்த உலகில் ஜீவிப்பதே அவனுக்காகத்தான். இத்தனை துயர்களுக்கும் - இன்னைக்குஞ்கும் மத்தியில் ஆழநூலாய்வுவாய்க்கூரல் ஒன்றுதான் அவளது ஆறுதல். அவளது

வெளித்துணைக்கு தந்தை இருப்பது போல மனத்துணைக்கு மெந்தன். சுட்டித்தனங்கள் அதிகம் நிறைந்த அவன் அப்படியே சுதாகரின் சாயல்தான்.

பெயரை நினைத்தபோது ஒருவித எரிச்சல் தோன்றியது. அவன் தந்த வலி என்ன சாதாரணமானதா? மீண்டும் தலைதுக்கிய நினைவுச் சாத்தானை அடியோடு விரட்டிவிட்டு அவசர அவசரமாய் தன் அலுவல்களை முடித்தபடி மகனின் தேவைகளையும் கவனித்து பாடசாலைக்கு ஆயத்தப்படுத்தினாள். அவனுக்கான உணவு, நீர் என்பவற்றைப் பத்திரமாக எடுத்து வைத்தவள் தந்தைக்குத் தேவையானவற்றையும் ஒழுங்குசெய்தாள். “அப்பா... நான் வெளிக்கிடுறன். அபியை பள்ளிக்கூடத்தில் விட்டுட்டு வந்ததும் சாப்பிடுங்கோ. மறக்காமல் குளிசை போடுங்கோ” என்றபடி படலையைத் திறந்து வெளியே நடந்தாள்.

பாடசாலை மாணவர்களுக்கான உணவுப் பொருட்களை ஏற்றிச் செல்லும் வாகனத்தின் சாரதியாகப் பணிபுயும் அவன், கடந்த ஐந்து வருடங்களாக இவ்வரசசாரர்று நிறுவனத்தில் தான் தொழில்புரிந்து வருகின்றான். அன்றைய தினம் மூல்லைத்தீவின் நந்திக்கடலோரத்தைக் குழலியபடியுள்ள சிறிய கிராமத்திலுள்ள பாடசாலை ஒன்றிற்கே உணவுப் பொருட்கள் கொண்டு செல்லவேண்டியிருக்கும் என எண்ணியபடி அலுவலகத்தினுள் நுழைந்தான். தனது கையொப்பத்தைப் பதிவுசெய்துவிட்டு சுக ஊழியர்களுடன் காலை வணக்கத்தைப் பகிர்ந்து கொண்டவன், மேலதிகாரியின் அனுமதியுடன் பொருட்களை ஏற்றுவதற்கான சிட்டையை எடுத்துக்கொண்டு களஞ்சிய அறையிலுள் நுழைந்தான். நண்பர்கள் வரவேற்பாய் புன்னகைத்தனர். எல்லாவற்றையும் தாண்டி மனதில் ஒருவித பட்டப்பட்டு இருப்பதை உணர்ந்து கொண்டான். மூலையின் அறிவுறுத்தலை உள்ளம் அச்ட்டை செய்தது. என்ன தான் நடக்கப்போகிறது பார்க்கலாம் என நினைத்தபடியே வேலையில் கவனம் செலுத்தினான்.

அந்தச் சிறியரக வாகனம் வீதியில் வழுக்கிய படி சென்றது. கடற்காற்று மெல்லத் தழுவியது அவனை. தாயின் ஸ்பரிசம்போல குழல் கலைத்த தென்றலை மௌனமாய் ரசித்தான். உள்ளத்தின் ஆழத்தில் புதைந்துபோன சில நினைவுகள் மெல்ல எட்டிப்பார்க்கத் துடித்தன. வேண்டாம் என எண்ணியபடி உதறிவிட்டுக்கொண்டான். வாகனம் பாடசாலையை அண்மித்தபோது, இடைவேளை நேரமென்பதால் பட்டாம் பூச்சிகளாய் பறந்து திரிந்த சிறார்களைக் கண்டதும் எல்லாவற்றையும் மறந்து குதுகலமானான். தரம் ஐந்து வரையிலுமே மாணவர்களைக் கொண்ட ஆரம்பப் பாடசாலை அது. தரம் ஐந்து மாணவர்களும் சில ஆசிரியர்களுமே பொதி களை இறக்குவதற்கு ஆயத்தமாக நின்றனர். சிறிய பொதிகள் என்பதால் சிறிது நேரத்திலேயே

வேலை முடிந்துவிட கை கழுவுதற்காகக் கிணற்றிக்குச் சென்றான். அப்போதுதான் அவன் என்றுமே எண்ணியிராத தருணமொன்று அவனை ஆக்கிரமித்தது.

குதுகலமான விளையாட்டில் பின்புறம் பாராமல் ஓடிவந்த ஒரு சிறுவன் அவன் காலுக்கருகில் வந்ததும் எதிர்பாராமல் தடுக்கி விழுந்தான். “அட நல்லா அடிப்பட்டிட்டுது போல்” எனக் கூறியபடி, அந்தச் சிறுவனை மெல்லத் தூக்கியபோதுதான் மின்னலாய் ஒரு பொறி அவன் மூளையில் சட்டென்று வந்துபோனது. அந்தச் சிறுவனின் முகம் அவனுக்கு மிக மிக பரிச்சயமானது போலுத் தோன்றிற்று. ஆனால், எங்கே? எப்போது? என்பதுதான் புரியவில்லை. மீண்டும் மீண்டும் நினைவிற்கு கொண்டுவர முயற்சித்து தோற்றுப் போனவன், வலியில் முகம் சழித்த பாலகணைத் தேற்றத் தொடங்கினான். நண்பர்கள் குழாம் குழந்துகொள்ள மீண்டும் குதுகலமான அச்சிறுவன் கைகளை விலக்கிக்கொண்டு சிட்டாகப் பறந்து சென்றுவிட்டான்.

தனது வேலையை முடித்துவிட்டு அலுவலகம் வந்துவிட்ட போதிலும் அவனது நினைவுகள் முழுவதையும் அந்தச் சிறுவனே ஆக்கிரமித்திருந்தான். கொழு கொழுவென்ற உடலும், குண்டு குண்டான கன்னமும், துறுதுறுத்த விழிகளும், பூவிதழைய் விரிந்திருந்த உதடுகளும் அடுக்கிவைத்த பச்சரிசி போன்ற பல்வரிசையும், படியவாரிய தலைமுடியும் ஓரிடத்திலும் ஒயாத அவனது சுறுசுறுப்பும் அப்பப்பா... சட்டென மனதில் ஓட்டிக்கொண்ட சௌனா பொம்மை போன்ற அவனது உருவம் மனதை விட்டு அகல மறுத்தது. அவனை அள்ளி அணைத்து கண்ணகளில் தன் இதழ் பதித்திருக்க வேண்டும் என எண்ணியவன் என்றுமே ஏற்படாத இவ்வனர் வினால் சற்றுத் தடுமாறினான். அவன் குழந்தை களிடம் அலாதிப் பிரியம் கொண்டவன்தான். ஆனாலும் இந்தச் சிறுவன்தன்னை அதிகமாக ஆக்கிரமிப்பதை உணர்ந்துகொண்டான். அவனை மீண்டும் பார்க்கவேண்டும் போல மனது ஆர்ப்பரித்தது. அவனது தங்கையின் இரண்டு குழந்தைகளுக்கும் அவனென்றால் போதும். குழந்தைகளோடு குழந்தையாக மாறி விளையாடுவது அவனுக்கு மிகவும் பிடித்தமான ஒன்று. ஆனாலும் அவன் பள்ளியில் கண்ட சிறுவன் தங்கையின் பிள்ளைகளை விட ஒருபடி அதிகமாகவே அவனை ஆக்கிரமித்திருந்ததை உணர்ந்தார்.

அச்சிறுவனைப் பற்றி எதுவுமே கேட்காமல் விட்டு விட்டோமே என வருந்தியவன், ‘அடுத்த தடவை செல்லும்போது கட்டாயம் விசாரிக்க வேண்டும்’ என நினைத்து கொண்டான். நாட்கள் நகர்ந்தன. அடுத்த மாதம் அவன் பொருட்கள் கொண்டுசெல்வதற்கான நாளும் வந்தது. பல நாட்கள் எதிர்பார்த்த ஒன்று கிடைத்துவிட்ட ஒரு குழந்தையின் உற்சாகம்

அவனைத் தொற்றிக்கொண்டது. தான் காணப் போகும் நிகழ்வு தன்னை நிலைகுலையை வைக்கப் போவதை அறியாமல் புறப்பட்டுக் கொண்றான்.

அவன் அங்கு சென்றபோது நேரம் நன்ப கலைத் தொட்டுக்கொண்டிருந்தது. வாகனம் பிரதான வீதியை அண்மித்தவேளை எதிரே வந்த பாரவுஞ்சி பாடசாலைக்குள்ளிருந்து வந்த சிறுவனையும் முதியவரையும் அடித்துவிட்டு விரைந்து செல்ல முற்பட்டது. அங்கு கூடின்ற மக்கள் ஊர்தியை மறித்து சாரதியைத் தாக்க முற்பட அதனை விலக்கியபடி அடிப்பட்டுக்கிடந்தவர்களைத் தூக்கச் சென்றபோது அதிர்ந்துபோனான்.

அவன் பார்க்கத் துடித்த அதே சௌனா பொம் மைச் சிறுவன், கடந்த ஒரு மாதமாக அவனது நெஞ்சுக் கூட்டுக்குள் வரி வடிவமாய் பதிந்து விட்ட சிறுவன், இரத்தம் சொட்டுக் கிடந்த அச்சிறுவனைக் கண்டதும் ஒருகணம் தடுமாறிப் போனான். அவ்வாறு அவன் தடுமாறியது ஒரு நொடிதான். மறுநொடி இருவரையும் தூக்கித் தனது வாகனத் தில் ஏற்றிக்கொண்டு சிட்டாகப் பறந்தான். கடவுளே, இவனுக்கு எதுவும் ஆகிவிடக்கூடாது. என மனம் ஓலமிட்டு அழுதது. கண்களை மறைத்த கண்ணிரை சிரமப்பட்டு அடக்கியபடி வைத்தியசாலையை அடைந்தான்.

வைத்தியரும் தாதியரும் பரபரப்பாகச் செயற் பட்டனர். உடனடியாக அச்சிறுவனுக்கு குருதி ஏற்ற வேண்டும் என்றான். தனது குருதி வகையும் அவனது குருதி வகையும் ஒன்றென அறிந்தவன் ஒருகணம் கூடத் தாமதிக்காது தானே குருதி வழங்கினான்.

ஒரிரண்டு மணித்தியாலம் கடந்த பின்னர் அப்... அப்பா... என விம்மியபடி ஓடிவந்த மாதுளா உணர்வற்றுக்கிடந்த மக்களைக் கண்டதும் அடியற்ற மரம்போல அப்படியே சாய்ந்தாள். உடனடியாகத் தாதியரால் முதலுதவி அளிக்கப்பட சில நிமிடங்களில் கண்விழித்த அவள் மகன், தந்தை இருவரையும் எண்ணிக் கலங்கியபடி இருந்தாளே தவிர வேறொதையும் அறியவில்லை.

இரத்தம் கொடுத்துக்கொண்டிருக்கும்போது மெல்லத் திரும்பியவன் கதறி அழுத பெண்ணைக் கண்டுவிட்டான். அவனது உதடுகள் அவனையும் அறியாது, “மாதுளா...” என உச்சரித்தது. அன்று உப்புக்காற்றோடு உரசி வந்த நினைவுகள் இன்று மீண்டும் உயிர்பெற்றன.

யாழிப்பாணத்தில் பிறந்து வளர்ந்த அவன், பணி ஒன்றின் நிமித்தம் வன்னியின் மூலலைத் தீவுக்கு வந்தான். நாட்டில் ஏற்பட்ட அசாதாரண சூழல் அவனை அங்கேயே நிற்ந்தரமாய் தங்கவைத் தது. அவ்வேளைதான் அவன் மாதுளாவைச் சந்தித் தான். பெண்ணுக்கே உரிய அனைத்து குணங்களி ஹும் மிகுந்து விளங்கிய அவள், அவன் மனதில் சிம்மாசனம் போட்டு அமர்ந்துகொண்டாள். பல நாட்கள் அவஞுக்காய் அலைந்து, மனதில் இடம்பிடித்தான். அவளது காந்தக் காலங்களைல் noolaham.org | aavanaham.org

காலத்தை மறந்து பார்த்துக்கொண்டிருப்பான். கடைசி நாட்களில் நடந்த கொடிய யுத்தம் இருவரையும் எந்த அடையாளமும் இன்றி இணைத்துவைத்தது. மேற்கொண்டு சிந்திக்க முடியாதபடி அவன் செய்துகொண்டிருந்த பணி நிறைவடைய மெல்ல எழுந்துகொண்டான்.

மகனின் அருகில் இருந்து அழுதுகொண்டிருந்த மாதுளா, தன் மகனின் உயிர்காத்தவரைப் பார்க்கவேண்டும் என எண்ணி நிமிர்ந்தபோது, அருகில் நின்ற சுதாகரைக் கண்டதும் ஒருகணம் அதிர்ச்சியில் உறைந்துபோனாள். “சுதாகர்” அவளது உதடுகள் தன்னிச்சொயாய் உச்சிரித்தன. கோபமும், துக்கமும் அவளை ஆட்கொண்ட போதும், தன் மகனைக் காத்தவர் என எண்ணிய போது ஏற்பட்ட நன்றி உணர்ச்சி அவளைப் பேசா மடந்தையாக்கியது. மெளனமாய் தலை கவிழ்ந்து அமர்ந்திருந்தாள். அவன் கரங்களைப் பற்றியபடி ‘ஓ’ வெனக் கதறி அழுவேண்டும் போலிருந்த உணர்வை சிரமப்பட்டு அடக்கினாள். கல்லாகி நின்ற அவனது உருவம் ஒருப்பார்வையில் தெரிந்தது.

தான் நேசித்த மாதுளாவின் விழிகளில் தீட சண்யாம் மங்கிப்போனதைக் கண்ட சுதாகரின் மனமோ தீயாய் எரிந்தது. வற்றி வறண்டுபோன அவ்விழி களில் அவன் தரிசித்தவை எதுவுமே இல்லை. அதை யெல்லாம் பறித்தது தானே என எண்ணியபோது மனம் தீயாய் கட்டது. துடித்துப்போயிருக்கும் அவஞுக்கு ஆறுதல் கற்முடியாத தனது நிலையை எண்ணியபடி வெளியே வந்தான்.

கடைசி யுத்தத்தில் தாய், தந்தை, சகோதரி என தனது குடும்பம் முழுவதையுமே பறிகொடுத்த மாதுளா, தன் ஒரே துணையாய் பற்றிக்கொண்டிருந்தது சுதாகரைத்தான். நாட்டின் கடைசி யுத்தம் இணைத்துவைத்த அவர்களை அதன் பின்னான சமாதானம் பிரித்துவைத்தது. சுதாகர் புனர்வாழ் விற்காக தடுப்புமுகாம் செல்ல, அவள் சித்தப்பா குடும்பத்தினருடன் அகதிகள் முகாமிற்குச் சென்றாள். அகதி வாழ்வின் அல்லவ்களுடன் சுதாகரைப் பற்றிய நினைவுகள் அவளைப் பெரும் துப்பத்திற்கு ஆளாக்கின.

இரண்டு மாதங்கள் அவனுடன் எதுவித தொடர்புமின்றி இருந்தவள் ஆவஹும் ஆசையுமாய் அவளைப் பார்க்கச் சென்றபோது அவன் சொன்ன வார்த்தைகள் அவளை ஒருகணம் சுட்டெரித்தன. அவளைப் பார்க்கவேண்டும் என்ற தவிப்பில் தனது உடல் உபாதையைப் பொருட்படுத்தாது அலைந்த அலைச்சலை எண்ணிய போது கண்ணைக் கரித்தது. சிரமப்பட்டு அடக்கிக்கொண்டாள்.

“மாதுளா, இனி என்னைப் பார்க்கவேண்டாம். இனியாவது அம்மா சொல்லுறைதைக் கேட்டு நடப்பம் எண்டு நினைக்கிறேன். எல்லாத்தையுமே ஒரு கணவாநினைச்சுநீயும் மறந்திடு. நானும் மறந்திடு றன்.” அவன் சொல்லி முடித்துபும் தீர்க்கமான ஒரு

பார்வை மட்டும் பார்த்துவிட்டு எழுந்து வந்து விட்டாள். “மாதுளா... அது... அம்மா...” அவனது வார்த்தைகளைக் கேட்பதற்கு அவள் அங்கே நிற்கவில்லை. அதன் பின்னால் வாழ்வில் அவள் பல துயரங்களையும் அவமானங்களையும் சந்தித்துவிட்ட போதும் சுதாகரைச் சந்திக்க வேண்டும் என்று மட்டும் எண்ணியதே இல்லை.

சுதாகரின் குழந்தையை அவள் கருவிலேயே சமந்தபோது சித்தப்பா குடும்பம் ஆதனை அவமா எச் சின்னமாய் கருதி அருவருப்பாய் பார்த்த போதும் - உறவுகள் எல்லோரும் அதனைக் கருவிலேயே அழித்துவிடும்படி கூறியபோதும் மாதுளா மட்டும் தன் முடிவில் உறுதியாக இருந்தாள். எந்த நிலை வந்தாலும் அவளது குழந்தை இந்த உலகில் ஜனிப்பதை விட்டுவிடக் கூடாது என எண்ணினாள். அதனாலேயே பதிவை மாற்றி வேறு முகாமிற்குச் சென்றாள். அங்கு யுத்தக்தில் உறவுகளைத் தொலைத்துவிட்டு அவளைப்போலவே அநாதையாக இருந்த சாம்பசிவத்தாரை தனது தந்தையாகத் தத்தெடுத்துக் கொண்டாள்.

இத்தனை வருடங்களின் பின் சுதாகரின் சந்திப்பும், தன் மகன் என்பது தெரியாமலேயே அவன் இரத்தம் கொடுத்துக் காப்பாற்றியதும் அவளைத் திடைக்க வைத்தன. இதைத்தான் விதி என்பதா? சிந்தனைவட்டத்தில் சமூஹரான் மாதுளா.

அபிமன்யுவும், தாத்தாவும் ஒருமாதமாக வைத்தியசாலையிலேயே இருந்தனர். சுதாகர் அடிக்கடி வைத்தியசாலைக்கு வருவதுண்டு. ஆனாலும், மாதுளா மட்டும் அவனது கண்ணில் படுவதே இல்லை. அவளிடம் கேட்கவேண்டும் என எண்ணிய விடயம் அவனது மனதைப் பாராங்கல்லாய் அழுத்திக் கொண்டிருந்தது. அம்மா மட்டும் அப்படிச் சொல்லி இருக்காவிட்டால். ஏழு வருடங்களுக்கு முன் அவளைப் பார்ப்பதற்காக புனர்வாழ்வு முகாமிற்கு வந்த அம்மா சொன்ன வார்த்தைகள் மீண்டும் ஒருமுறை மனதிலே வந்துபோயின.

“சுதா, அப்பா இல்லாமல் உன்னையும் தங்கச்சி யையும் வளர்க்க எவ்வளவு கஷ்டப்பட்டான் என்னு உனக்குத் தெரியும்தானே. நீ வளர்ந்த பிறகும் குடும்பத்துக்காக ஒண்டுமே செய்யேல்ல. உன்றதங்கச்சிக்குப் பாத்திருக்கிறது பெரிய இடத்து சம்பந்தம். நீ இப்படி ஒரு கலியாணம் செய்தது தெரிஞ்சா அவையள் நிச்சயமா சம்மதிக்க மாட்டினம். அதோட என்னாலையும் இதை ஏற்றுக் கொள்ள ஏலாது. கலியாணம் எண்டு ஒண்டும் நடக் கேல்லத்தானே. கொஞ்சநாள் அவளோட இருந்திருக்கிறாய். அதுவும் ஒரு பாதுகாப்புக்குத்தானே. பேசாமால் அவளை மறந்திடு. இல்லாட்டி இந்த அம்மாவையும் தங்கச்சியையும் மறந்திடு. கண்ணோரோடு அம்மா கூறிய வார்த்தைகள் அவனது நல்ல மனதைக் கற்றதுவிட்டன. அவனது குடும்ப நலனுக்காக மாதுளா எனும் மங்கையை மனதி விருந்து தூக்கிவிட்டான். ஆனால், விலக்கமுடியாத பந்தமொன்று அவளுள் உருவாகி இருப்பது அவனுக்குத் தெரியவே தெரியாது. சிந்தனைகள் அவனது உள்ளக் கனத்தை இன்னும் அதிகரித்தன.

இன்று எப்படியும் மாதுளாவிடம் பேசியே தீருவது என எண்ணியபடி விரைந்தான். அலுவலகத்தில் விடுப்பு பெற்றுக்கொண்டு மாதுளாவின் முன்பள்ளியை நோக்கிசென்ற அவனது வாகனம் வேகத்தைக் குறைத்துக்கொண்டது.

மணியைப் பார்த்தான் பத்து முப்பது என்று கடிகார முள். அவளது வருகைக்காகக் காத்திருந்தான். நிமிடங்கள் யுகங்களாகின. கடிகார முள் அசைய மறுப்பதுபோலத் தோன்றியது அவனுக்கு. இதேபோன்ற பல காத்திருப்புகளை இதே நந்திக்கடல் ஒரத்தில் சில ஆண்டுகளுக்கு முன் ஆவலும் ஆசையுமாய் எதிர்நோக்கியிருக்கிறான். அலைகளின் தாலாட்டில் அவன் மெய் மறந்திருக்க மெல்லிய சலங்கையின் இனிய நாத்தை முன்னிலிப்பாய் தந்தபடி அழகு நடையில் புன்னகை துலங்க அவள் வரும்போது ஏற்படும் பேரின்பம்... அப்பப்பா... இப்போதும் உடல் சிலிர்த்தது அவனுக்கு.



கடிகார முள் மணி பதினொன்றைக் காட்டிய போது, வெளியே வந்தான் மாதுளா. அவன் அருகில் வந்து, “மாதுளா, ஒரு நிமிஷம் கதைக்கவேணும்” என்றபடி தொடர்ந்தான். “அபிமன்யு... அபி... என்னோட குழந்தை” வார்த்தைகள் வர மறுத்தன அவனுக்கு. அவளால் பேச முடியவில்லை. தலையை மட்டும் ஆட்டினாள்.

“ஏன் என்னிடம் சொல்லவில்லை?” குறை கூறும் தோரணை அவனது வார்த்தைகளில்.

“எப்படி? எப்படி சொல்ல முடியும்? தன் தாய்மையைக் கூற பெண்களுக்கு மகிழ்ச்சியான சந்தர்ப்பங்கள்தான் கிடைக்கும். ஆன எனக்கு கம்பிக்கூட்டுக்குள் உங்களைப் பார்த்து சொல்லவேண்டிய நிர்ப்பந்தமதான் ஏற்பட்டது. அப்பிடிக்கூட சொல்லமுடியாதபடி நீங்கள் சொன்ன வார்த்தை.” விம்மி வந்த அழுகையை அடக்க பெரும் சிரமப்பட்டாள்.

சட்டென்று தன்னைத் திடப்பட்டுத்திக்கொண்டவள், “நானோ, அபியோ உங்கட வாழ்க்கைக்கு இடைஞ்சலா வரமாட்டம். அபியை வளர்த்து ஆளாக என்னால் முடியும். அவனுக்குத் தாயா, தந்தையா எல்லாமாகவும் நானே இருப்பன்.

சிறுக்கதை ■ கோபிகை, தருமபுரம்.

அவனுக்கு உயிர்கொடுத்த ஒரே காரணத் தாலதான் நான் இந்தளவுக்கு நின்டு கதைக் கிறன். தயவுசெய்து போங்கோ' என்றபடி வீட்டிற்குள் விரைந்து சென்றுவிட்டாள்.

மதிய, இருவுணவுகளுடன் மாதுளாவைத்தி யாலைக்கு வந்தபோது நேரம் ஒருமணியைத் தாண்டிவிட்டது. அப்பாவிற்கு உணவு கொடுத்து ஏனைய தேவைகளையும் கவனித்து விட்டு அபிமன்யுவின் பகுதிக்கு வந்தபோது இன்பமான அதிர்ச்சி ஒன்று அவளை நிலைகுலைய வைத்தது. அபிமன்யுவை மடியில் வைத்தபடி, “அப்பா”, “அப்பா” என்மீண்டும் மீண்டும் சொல்லவைத்துக் கொண்டிருந்தான் சுதாகர். பொங்கிவந்த ஆக்கி ரத்தை அடக்கிக்கொண்டாள். “அபி, என்ன இது. இறங்கு சாப்பிடலாம்” என்றாள். சுதாகரின் மடியிலிருந்து இறங்கிய குழந்தை அவளது அருகில் வந்து, “அம்மா, எனக்கு அப்பாவே இல்லைன்னு சொன்னீங்க. இதோ அப்பா வந்திட்டார் பாத் தீங்களா?” என்றான் மழலையில்.

குழந்தையைக் கையில் பற்றியபடி வெளியே வந்த மாதுளா, “அபி, உனக்கு அம்மா மட்டுந் தான். அப்பா வேணுமெண்டு நீ நினைச்சா அம்மா இல்லாமல் போயிடுவா” என்றாள் கண்களில் நிறைந்த நீருடன். ஒன்றுமே புரியாத குழந்தை இருவரையும் பார்த்து விழித்தது. மாதுளாவின் வார்த்தைகள் சுதாகருக்குப் புரிந்தது. அவனோடான உறவை - வாழ்வை அவள் விரும்பவில்லை. அவளது வார்த்தைகள் அவனுக்கு வலித்தன. சில வருடங்களுக்கு முன் அவள் அனுபவித்த வலி இன்று அவனுக்குப் புரிந்தது. தான் செய்துவிட்ட மடத்தனத்தின் விளைவு இன்று தன்னையே சுடுவதை உணர்ந்து கொண்டான். குனிந்து அபிமன்யுவின் கண்ணங்களை முத்தமிட்டவன் எதுவுமே பேசாது வெளியே சென்றுவிட்டான்.

மனித்துவிகள் விரைந்து நாட்களாய் மாறின. அபிமன்யுவும், தாத்தாவும் வைத்தியசாலையில் இருந்து வீடுவந்து விட்டனர். மாதுளாவிடம் ஒருவகை மெளனம் குடிகொண்டு விட்டது. சுதாகரன் பற்றிய பேச்சை எடுத்தாலே அவ்விடம் விட்டு நகர்ந்துவிடுவாள். அன்று அவளிடம் சில விடயங்கள் பேசவேண்டும் என எண்ணியதந்தை சமையலறைக்குள் நுழைந்து அவனுக்கு அருகில் அமர்ந்துகொண்டார். “மாதுளா, நான் எப்பவுமே உன்னோட இருக்கப்போற்றில்லை. எனக்கு நல்லா வயசு போட்டுது. இந்த முறை எப்படியோ தப்பிவிட்டன். நெடுகு இப்பிடி நடக்காது. மரணத்தை குறிச்ச யாரும் எதுவும் சொல்லமுடியாது. உங்ககாக இல்லாட்டாலும் அபிக்காக நீ சேர்ந்து வாழுறுதுதான் சரி” எனக் கூறியபோது, விழிகளில் கேள்வியோடு மெல்ல நிமிர்ந்தவருக்கு, “இல்லையம்மா சுதாகர் இன்னொரு கவியானம் முடிக்கமில்ல. உன்னை விலக்கினபோதும் வேற வாழ்க்கையை ஏற்க அவனால் முடியேல்ல. அதுதான் உண்மை. நல்லா யோசிச்சுப் பாரம்மா. நீ எடுக்கிற முழல்

நல்லதா இருக்கவேணும்.” சொல்லிவிட்டு எழுந்து வெளியே சென்றுவிட்டார். சுதாகர் அப்பாவிடம் பேசியிருப்பது அவளுக்குப் புரிந்தது.

அன்று காலையில் தகப்பனார் சொன்ன விடயங்களால் மிகவும் குழம்பிப்போனாள் மாதுளா. மனம் ஒருநிலையில் இல்லாது தவித்தது. என்ன செய்வதென யோசித்துக்கொண்டிருந்த போதுதான் அந்தச் செய்தி அவள் செவிகளுக்கு இடியென வந்தது. விபத் தொன்றில் சிக்கிய சுதாகர் உயிருக்கு ஆபத்தான நிலையில் வைத்திய சாலையில் இருப்பதாக பாடசாலையிலிருந்து தகவல் வந்தது.

ததறி அழுதுகொண்டிருந்த மாதுளாவை தகப்பனார்தான் தெற்றினார். மாதுளாவையும் அபிமன்யுவையும் அழைத்துக்கொண்டு வைத்திய சாலைக்குப் பயணமானார். அவசரசிகிச்சைப் பிரிவில் சேர்க்கப்பட்டிருந்ததனால் உடனே பார்க்க முடியவில்லை. சுதாகருக்கான சிகிச்சைகள் முடிந்துவிட்டதாக தகவல் வந்ததுடன் அவனது உயிருக்கு எந்த ஆபத்துமில்லை என அறிந்தபோது அவளுக்குப் பெரும் நிம்மதியாக இருந்தது. உறவினர்கள் உள்ளே சென்று பார்க்கலாம் என்று தாதி சொல்லிச்செல்ல பதற்றத் துடனும் கவலையுடனும் அதிதீவிர சிகிச்சைப் பிரிவினுள் நுழைந்தாள்.

உருவும் தெரியாதபடி கட்டுகளால் நிரம்பியிருந்த சுதாகரைக் கண்டதும் மனதில் இருந்த கோபமெல்லாம் தொலைந்துபோனது அவளுக்கு. நெஞ்ச நிறைந்த வேதனையோடும், அதனை அவனிடம் காட்டமுடியாமலும் அவள் அவஸ்தைப்படுவது சுதாகருக்குப் புரிந்தது. அருகில் நின்ற அவளுக்கு விழிகளால் ஆறுதல் சொன்னான். மாதம் ஒன்று கடந்துவிட்டது. இந்த ஒரு மாதமும் வைத்தியசாலையிலேயே இருந்து சுதாகரை கவனித்துக் கொண்டாள் மாதுளா. சுதாகர் இப்போது நன்றாகக் குணமடைந்துவிட்டான். மறுநாள் வீடு செல்லலாம் என வைத்தியர் அனுமதி தந்துவிட்டார்.

வைத்தியசாலையிலிருந்து புறப்படுவதற்கான அனைத்து அலுவல்களும் முடிந்துவிட்டன. சுதாகர் வேலைசெய்யும் நிறுவனத்தில் இருந்து வாகனம் அனுப்பப்பட்டிருந்தது. காலையிலேயே அப்பச்சியுடன் வந்துவிட்டான் அபிமன்யு. “எங்க போகணும்?” சார்தியாய் வந்த சுதாகரின் நண்பன் கேட்க, சுதாகர் பதிலுக்காய் மாதுளாவைப் பார்த்தான்.

“அப்பா, எங்கட வீட்டதான் போறது, அம்மா சொன்னவா. இனிமே நீங்கள் எப்பவுமே எங்க ஓராடான் இருக்கிறது. அம்மா சொன்னவா’ மழலை மொழியில் பதில் தந்த அபிமன்யுவை தனது உடல் வலியையும் மறந்து தலைக்கு மேலே தூக்கி தட்டாமாலை சுற்றிவிட்டு சட்டெனத் திரும்பி மாதுளாவைப் பார்த்தான்.

மெல்ல நிமிர்ந்த அவளது வதனத்தில் துலங்கிய புன்னகையும் அவள் விழிகளுக்குள் உதித்து விட்ட வெட்கச் சிரிப்பும் அவனுக்கு விடைத்தந்தன. அன்றப் பெருமூச்சொன்றை வெளிவிட்டான். ■



கேஸ்ஸை பட்டங்கு - மர்மஞ்

எவ்வளவு காலத்துக்குத் தான் தனுஷ் அரைத்த மாவையே அரைக்கபோகிறாரோ தெரியவில்லை. நிறைய காட்சிகள் இவர் நடித்த முன்னய படங்களை ஞாபகப்படுத்துகிறது. ஆயினும் படத்தை கவராசியமாக நகர்த்தியிருப்பதற்காக ரைட்கருக்கு ஒரு சபான் போடவாம்.

தினமும் தண்டச்சோறு என்று திட்டும் கோபக்கார அப்பா, பாசம் காட்டும் அம்மா, மாதம் ஒரு லட்சம் சம்பளம் வாங்கும் தம்பி, பக்கத்து வீட்டில் வசிக்கும் அழகான பெண் இவர்களுக்கு மத்தியில் தான் படித்த இன்ஜினியரிங் சம்பந்தமான வேலைக்கு மட்டுமே போவேன் என்று நான்கு வருடம் அடம்பிடிக்கும் வேலையில்லா பட்டதாரி ரகுவரன் (தனுஷ்) தன் துறையில் எதிரிகளை வென்று எப்படி சாதிக்கிறார் என்பதே வி.ஐ.பி...

தனுஷ் இதுவரை நடித்த 25 படங்களில் இதுபோன்ற கதைகளில் குறைந்து பத்துக்கும் மேல் நடித்திருப்பார். இருப்பினும் இந்த தனுஷ் அடுத்த வீட்டுப் பெயணாக அதிகமாகவே கவர்கிறார். சில தோல்விகளுக்குப் பிறகு தமிழில் இந்தப் படம் நிச்சயம் தனுஷிற்கு வியாபார ரியில் கைகொடுக்கும்.

அமலா பால் அதிக அழகாகத் தெரிகிறார். அந்த பெரிய கணகளை உருட்டி பேசும் அழகில் அதிகம் கவர்கிறார். சுரியிக்கு படத்தில் பெரிய வேலை இல்லை. இடைவேளைக்கு பிறகு சிரியாகப் போகும் படத்தில் கொஞ்சம் கிச்க கிச்க மூட்ட விவேக் உதவியிருக்கிறார்.

அனிருத்தின் இசையில் பாடல்கள் படத்திற்கு பெரிய பலம். எஸ்.

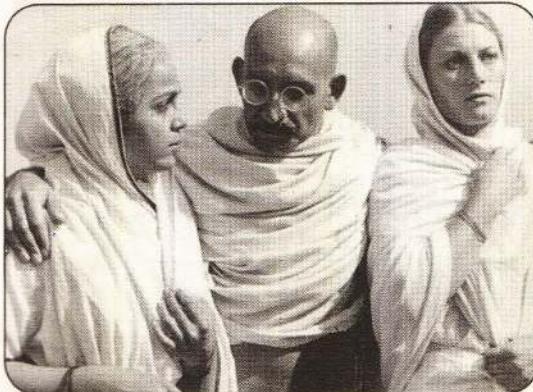
ஜானகி குரவில் “அம்மா அம்மா” பாடல் கேட்கும் அனைவரையும் அதிகம் முனுமுனுக்க வைக்கும் பாடல்.

தனுஷ் மற்றும் வீட்டில் நடப்பதை வைத்தே முதல் பாதியை தேற்றியிருப்பது புத்திசாலித்தனமான திரைக் கதை. அப்பாவுடன் சண்டை போடும்போது “எனக்கு மட்டும் வில்லன் பேர் ரகுவரன், தம்பிக்கு கதாநாயகன் பேர் காந்த்திக்” என்று தனுஷ் ஆதங்கப்படும் இடங்களில் வசனங்கள் நன்று. ஆனால், தன்னை ஆங்கிலப் பள்ளிக் கூடத்தில் சேர்க்காததால் தான் வேலை கிடைக்க வில்லை என்று கூறும் தனு விற்கு 50,000 ரூபாய்க்கு “கால் சென்டரில்” வேலை கிடைத்தது எப்படியோ? டெராக்ட் ருக்குத்தான் வெளிச்சம்.

இரண்டாம் பாதியில் முன்னேறத் துடிக்கும் கதாநாயகனிற்கு முட்டுக் கட்டை போடும் வில்லன் வெறுமனே அடிவாங்குவதோடு சரி. கதாநாயகன் - வில்லன் ஆட்டம் நன்றாக இருந்திருந்தால் படம் இன்னும் குடுபிடித்திருக்கும். படத்தின் நீளம், மற்றும் தொடர்ச்சி, பார்க்க ஆள் இருந்தாரா இல்லையா என்று நினைக்கும் அளவிற்கு தாடி, தாடியில்லாமல் என்று மாறி மாறி வரும் தனுவின் தோற்றம், வேலை வெட்டி பில்லாத கதாநாயகன் அம்மா பாசம், தடைகளை தாண்டி வெற்றி பெறும் கதாநாயகன் என வழக்கமாக எல்லா படங்களிலும் பார்த்து சலித்த காட்சிகள் என்று குறைகள் இருந்தாலும் பாசம், அதிரடி, கதாநாயகனுக்கான முக்கியத் துவம் என்பதை சரியான அளவில் கவந்து கொடுத்திருப்பது வணிக ரியாக வி.ஐ.பி ஜெ வெற்றி பெற செய்யும்.

திருமதி விநோதினி கந்தசாமி, பதுளை.

கேள்வி : 1982இல் வெளிவந்த காந்தி படத்தில் மீண்டும் அண்மையில் பார்த்தோம். அதில் காந்தி உட்பட எல்லா நடிகர்களும் வெளிநாட்டவர்கள். ஆனால், கஸ்துரிபாயாக நடித்தவர் மட்டும் ஒர் இந்தியப் பெண். இதற்கு ஏதாவது விஷேஷ காரணம் உண்டா அம்மு?



பதில் : இதே கேள்வியை அந்தப் படத்தின் டைரக்டரான ரிச்சர்ட் அட்டன்பரோவிடம் அப்போதே கேட்டார். அதற்கு அவர் சொன்ன பதில் “அசல் இந்தியப் பெண்ணாக நடிக்க இந்தியப் பெண்ணெனாருவருக்கு மட்டுமே முடியும்” ரோஹினி ஹட்டன்சி ஒர் அற்புதமான நடிகை, இருமுறை பிலிம் பெயர் விருதுகள் உட்பட ஏராளமான விருதுகளை வென்றவர்.

அருணாசலம், டயர்பா பெண்டேட்.

கேள்வி : அம்மு மேடம், இறப்பு எல்



கஞ்சுக்கு, ‘மரணமடைந்தார்கள்’, ‘இயற்கை எய்தினார்கள்’ என்பார்கள். ஆனால், செத்தப் பிறகு ‘தொலைஞ்சுண்டாப்பாவி’, ஒழிந்திட்டா நாய்’ என்று சொல்லும்வளவுக்கு வாழக்கூடாது.

திருமதி கனகராஜ் கெளசல்யா, வவுனியா.

கேள்வி : பரீட்சைகளில் அதிக புள்ளிகளைப் பெற்றவர்கள் மட்டும்தான் சாதனையாளர்களா அம்மு?

பதில் : அதில் எனக்கு உடன்பாடு கிடையாது. மூன்று மணித்தியாலங்கள் நடக்கும் ஒரு பரீட்சையை வைத்து ஒரு மாணவனின் திறமையை அளவிட முடியாது. ஆயிரத்துக்கு மேற்பட்ட விஞ்ஞான கண்டுபிடிப்புகளைச் செய்து இந்த உலகத்துக்கு சாபவிமோசனம் எடுத்த விஞ்ஞானி தோமஸ் அல்வா எடிசன் ஆரம்பத்தில் ஒரு பொறியியல் கல்லூரி நுழைவுத் தேர்வில் கோட்டை விட்டார்தான்.

திருமதி ஹனிபா மும்தாஜ், கிண்ணியா.

கேள்வி : மன்னர் ஆட்சிக்கும், ஐஞ்சாயக

இதிக புள்ளிகளைப் பெற்றவர்கள் மட்டும்தான் சாதனையாளர்களா?

லோருக்கும் பொதுவானது. என்றாலும், அந்த மரணத்தை வெவ்வேறு வார்த்தைகளில் விளங்குவது ஏன்?

பதில் : ஒரு மனிதன் வாழும் காலத்தில் எப்படி இருந்தான் என்பதைப் பொறுத்துத்தான் அவனது மரணம் பேசப்படுகிறது. ஷ்ரீதி சத்தியபாபா, பகவான் சத்தியபாபா போன்ற மகான்கள் ‘முக்கி பெற்றார்கள்’, ‘சமாதியடைந்தார்கள்’ என்று சொல்கிறோம். சாதனையாளர்கள்

ஆட்சிக்கும் உள்ள ஒற்றுமை, வேற்றுமை என்ன என்று சொல்ல முடியுமா அக்கா?

பதில் : இரண்டு ஆட்சியிலுமே பாவப்பட்ட ஜென்மங்கள் அப்பாவிப் பொதுமக்கள் என்பது ஒற்றுமை. மன்னர் ஆட்சியில் ஒரு மன்னர்தான் இருப்பார். ஐஞ்சாயக ஆட்சியில் நகர சபை, பிரதேச சபை, மாகாண சபை, நாடாளுமன்றம் வரை பல குறுநில மன்னர்கள் கோலோச்சுவர்கள் இரு வேற்றுமை.

காளை மாட்டு தீர்க்கூயம்

ஒருவருடைய மனைவியை அவர் வளர்த்த காளை மாடு முட்டி கொன்றுவிட்டது. அந்த மனைவியின் இறுதிச் சடங்கின்போது அதை நடத்தி வைத்த புரோகிதர் விசித்திரமான ஒரு சம்பவத்தைக் கவனித்தார்.

துக்கம் கேட்ட பெண்கள் அந்த விவசாயியை நெருங்கி வந்து ஏதோ கடிக் சொல்கிறபோது, ஒரு நிமிடம் கேட்டுவிட்டு “ஆமாம்” என்று தலை அசைத்தார். ஆனால், துக்கம் கேட்க வந்த ஆண்கள் தெருங்கிவந்து ஏதோ சொல்கிறபோது “இல்லை” என்று தலை அசைத்தார்.

அது தொடர்ந்து கொண்டே இருந்தது. எனவே, இறுதிச் சடங்கெல்லாம் முடிந்த பிறகு புரோகிதர் அந்த விவசாயிடம் வந்து, “பெண்கள் வந்தால், ஆமாம் என்று தலையாட்டின்கள். ஆண்கள் வந்தால், இல்லை என்று தலையாட்டின்களே, ஏன்...?! என்று கேட்டார்.”

அதற்கு அந்த விவசாயி, பெண்களெல்லாம் வந்து என் மனைவியைப் பற்றி நல்லவிதமாகச் சொன்னார்கள். “எவ்வளவு அழகாய் இருந்தார்கள், அவர்களுக்கு உதவி செய்யும் குணம் அதிகம்” என்று, அதற்கு ஆமாம் என்று நானும் தலையசைத்தேன்.

சரி ஆண்கள் வந்து கேட்டால் “இல்லை” என்று தலையசைத் தீர்களே ஏன்...?! ஒ... அதுவா, அவர்கள் அந்த “காளை மாட்டை விற்பனைக்குத் தர முடியுமா?” என்று கேட்டார்கள். நான் இல்லை என்று சொன்னேன் என்றார்.



ஆகஸ்ட் மாத இராசிபலன்



மேடம் : குடும்பத்தைப் பிரிந்து சிலர் பயணம் காரணமாக வனவாசம் செய்ய வேண்டியிருக்கும். தாயாரின் நோய் மனதை வாட்டி எடுக்கும். கருத்து மோதலால் தம்பதியர் மத்தியில் இருந்து இன்ப உறவு பாதிக்கப்படும். தத்துப்புத்திர யோகம் உண்டாகும். எதிரியின் பயமுறுத்தல் அகன்றுவிடும். பட்ட கடனை அடைக்க சொத்தை விற்க முயல்வர். மேலதி காரியின் சீற்றத்தால் பதவிக்குக் கேடு குழலாம். விளம்பரத்தை நம்பிச் சிலர் மோசம் போகலாம். பயணம் பற்றிய சுபசெய்தி வந்தடையும். பொறுப்பின்றிப் பிறருக்குக் கடன் கொடுக்கவேண்டாம். இனிய எண்ணங்கள் எண்ணி மகிழ்வெடவீர்கள். காணாமல்போன உறவினர் பற்றிய தகவல் கிட்டும். வாக்குறுதிகளைக் காப்பாற்ற பசீரதப்பிரயத்தனம் எடுப்பீர்கள்.



இடபம் : பொன்னவனாகிய வியாழன் இல் நிற்பதால் வீணான வழக்குகளில் சிக்குண்டு தவிக்க நேரிடும். தெரியம், வீரியம் என்பன அற்றுக் கிலர் நடைப்பினமாகிவிடுவர். காலா வதியான பொருட்களைப் பெற்றதால் கவலை ஏற்படும். இயன்றவரை சகோதரர்களின் விடயத்தில் தலையிடுவதைக் கைவிட்டுவிடுங்கள். பிதாவின் நோயால் குடும்பம் துன்பக் கடனில் மிதக்க நேரிடும். குழந்தைப்பாக்கியம் கிட்டலாம். புதிய புதிய யுத்திகளைக் கையாண்டு தொழில்வளம் சிறப்படைய பாடுபடுவீர்கள். வழக்கத்திற்கு மாறான பணிகள் உருவாகி தொந்தரவுகளைத் தந்துவிடலாம். எதிர்பாராத சுபச்செலவைச் சமாளிக்க கடன்பட நன்பர்களை நாடுதல். சத்திரசிகிச்சை மேற்கொள்ளவும் நேரிடலாம்.



மிதுனம் : கண்டே காட்சி கொண்டே கோலமென்று திரிய முற்பட்டால் மானபங்கம், பொருட்சேதம் ஏற்படலாம். அவசர புத்தியால் ஆராயாமல் செய்த திருமணப்பந்தம் முறிந்தும் போகலாம். மனவியின் நோயைக் குணப்படுத்த மருத்துவச்செலவுகள் அதிகரிக்கும். சொத்துப் பங்கிடுதல் சம்பந்தமாக சகோதரர் மத்தியில் மோதல் உருவாகலாம். ஓய்வுபெற மனநாட்டம் ஏற்படும். கால்நடைகள் நோயால் பாதிப்படையும். மாதாவின் தேக்களைக்கியம் விருத்தியடையும். ஆவணங்கள் தவறிப்போகும் அபாயம் ஏற்படலாம். சகோதரர்கள் பொறுத்த நேரத்தில் கைதுக்கிவிடுவர். இயன்றவரை சகோதரர்களின் விடயத்தில் தலையிட வேண்டாம். உணவுக் கட்டுப்பாட்டால் நிரிழிவு நோயின் தாக்கம் குறைவடையும்.



கடகம் : உதவப்போய் உபத்திரவுத்தில் சிக்கும் அபாயமுண்டு. நோயால் சிலர் கிழுதுதட்டி விடலாம். சுப காரியங்கள் நடத்த - பண்தத்தட்டுப்பாடு நீங்க கடன்படும் நிலை ஏற்படும். வெளியூர்ப்பயணம் காலை வாரிவிடலாம். சகோதரரின் நோயால் கவலை வாட்டும். நேர்மை யைப் பின்பற்றியதால் பெருமை கிட்டும். செயல்கள் தடையின்றி நிறைவேற இஷ்ட தெய்வங்களின் அருளை வேண்டுங்கள். தொழில் நிமிர்த்தம் அடிக்கடி பிரயாணங்கள் ஏற்படும். அறிமுகம் இல்லாதவர்களின் தொடர்பைத் துண்டித்துவிடுங்கள். சம மோசித் துதியால் வரவிருந்த ஆபத்து விலகிவிடல். சுக ஊழியர்களுடன் சுகமான உறவைப் பேணுவதால் வேலைப்பறு நீங்கிவிடும். மேலதி காரிகளைப் பகைக்கவேண்டாம்.



சிங்கம் : சுபகாரியம் ஏற்பட்டு குடும்பத்தில் மகிழ்வு தாண்டவமாடும். சிலருக்கு சத்திர சிகிச்சை பல தடவைகள் ஏற்படலாம். நம்பியிருந்த பணவரவு சூற்கிவிடலாம். வாக்குறுதி யைச் செய்தப்படுத்தமுடியாது. குறுக்கீடுகள் வரலாம். குடும்பத்தில் ஏற்பட்டிருந்த கருத்து முரண்பாடு விலகி சமரசம் நிலவும். பயணம் பற்றி முடிவெடுப்பதில் மதில் மேல் பூணையாக இருப்பர். வரும் துயரவெள்ளம் உங்களை அடித்துவச்செல்லாமல் இருக்க பொறுமையைக் கடைப்பிடியுங்கள். கௌரவ விருதுகள் பெற பிரமுகர்களின் சிபாரிசு கிட்டும். தற்காலிக பணி நிறந்தரமாக்கும் செய்தியால் புள்காகிதம் அடைவீர். மனைக்கு விற்பனை நோக்குடன் வருபவர்கள் பற்றி எச்சரிக்கையாக இருக்கவும். எதிரியைக் கண்டும் காணாமல் போவதால் முரண்பாடு எழாதுவிடல்.



கன்னி : ஏழரைச் சனி நடைபெற்றுக்கொண்டிருக்கும் உங்களுக்கு குரு 11இல் நிற்பது நொந்த உள்ளத்திற்கு ஆறுதலாகும். குடும்பத்தினரைத் திருத்த வெளிக்கிடுகையில் கடேபாரம் உருவாகலாம். பிறர் அழைத்தால் மட்டும் வெளியூர்ப்பயணத்தைத் தொடருங்கள். பயணம் / தொழில் காரணமாகக் குடும்பப்பிரிவு ஏற்படும். காதலில் ஏற்பட்டிருந்த சந்தேகம் விலகும். வாய்ச்சம்பிரதாயத்தால் பல காரியங்களை இலகுவில் நிறைவேற்றல். பாதிக்கப்பட்டவர் களுக்கு உதவ முன்வருதல். மின் ஒழுக்கில் கவனம் எடுத்தமையால் அபாயம் நீங்கியமை. தவறிய ஆவணங்களை மீளப்பெற்றதால் மட்டுற மகிழ்ச்சி ஏற்படல். தத்துப்புத்திர யோகம் உண்டாதல். பழுதாக வெளியிட போதுமான தேக்கம் ஒவ்வாமையால் பாதிக்கப்படல்.

துலாம் : வழரைச் சனி ஜென்மத்துச் சனியாக துள்பதுயரங்களைத்தர நேரிடனும் உச்சவீடாக சனீஸ்வரனுக்குத் துலாம் இருப்பதால் கண்ணிற்கு வருந்துனபம் புருவத்துடன் சென்று விடும். 10இல் வியாழன் உள்ளதால் குடும்பப்பிரிவு, இடமாற்றம், தொழிலுக்கு கேட்டையும் எதிர்பாருங்கள். ராதுவின் நிலைப்பாட்டால் சுபச் செலவிற்காக கடன்பட்டு அடைக்க முடியாது திண்டாட்டம் ஏற்படும். கொண்டாட்டங்களில் கலந்துகொள்வீர். முன்னேற்றம் ஏற்பட நாடிவரும் சந்தர்ப்பத்தைக் கைவிட வேண்டாம். மொழிப்பிரச்சினையால் துணைவரை அடையமுடியாது தவித்தல். இடமாற்றம் தந்காலிகமாக நிற்பாட்டப்பட்டதால் சந்தோஷமடைதல். இயந்திரங்களுடன் பழகுபவர்கள் எச்சரிக்கையாகச் செயற்படுங்கள்.



விருச்சிகம் : வழரைச்சனி நடைபெறுகின்றவேளை குரு 9இல் நிற்பது தலைக்கு வரும் ஆபத்து தலைப்பாகையுடன் சென்றுவிடும். சர்ப்பக் கிரகங்களான ராகு, கேது நல்ல நிலையில் இருப்பதால் புதிய முயற்சிகளில் நம்பி கால் பதிக்கலாம். சுப காரியங்கள் ஏற்படும். பயணம் நன்மையில் உள்ளதால் மகிழ்வைக் கொண்டுவரும். சத்திரசிகிச்சையால் நோயின் உபாதை நீங்கும். குழந்தைப் பேற்றுக்கும் இடமுண்டு. சிறுமியர் பூப்படைவர். பெற்றோயின் புத்திமதியைக் கேட்டதால் வரவிருந்த பெருந்துயரம் லிலகிவிடல். பயணம் இடைத்தங்கல் நாட்டைச் சேர்த்தும் விடலாம். சகுனங்களில் நம்பிக்கை வைத்தால் காரிய சித்தி ஏற்படும்.



தனுசு : அட்டமத்து வியாழன் நடைபெறுவதால் செய்காரியங்களில் எச்சரிக்கையாக இருக்கவும். கண்ணியர் தொடர்பால் குடும்பத்தில் சனாமியும், பொருள் இழப்பும், மானக்கேடும் தோன்றும். சனீஸ்வரன் 11இல் நிற்பதால் சூரியனைக் கண்டபனிபோல துன்பங்கள் குறை வடையும். ராகு 10இல் உள்ளதால் செய்தொழிலைச் சிலர் கைவிட நேரிடும். பயணம் இடைநடுவில் முறிந்தும் விடலாம். பங்கு வியாபாரம் பாரிய நட்டத்தைத் தந்துவிடலாம். கேது 4 இல் நிற்கையில் வசந்தகாலம் மாறி மனது வேதனையில் தத்தளிக்கலாம். தாயாரின் நோய்களில் கவனமெடுக்கவும். பழைய மனையை அழித்து புதிதாகக் கட்ட எண்ணமிடல். எதிர்ப்பு களைக் கடந்து முன்னேற்றம் காண்பீர்கள். நல்லவர்கள் நேசம் கிட்டுவதால் துயர் விலகும்.



மகரம் : திருமணச் செய்தி மனதிற்கு இன்புமட்டும். பதவி உயர்வுடன் சம்பள அதிகரிப்பும் உண்டாகும். தம்பதியருக்கு மாறி நோயின்தாண்டவைம் இருக்கும். குழந்தை உருவாகிய அறிகுறி கண்டு இல்லறத்தில் சந்தோஷம் தக்கவைக்கும். செய்தொழிலில் போதிய கவனம் எடுக்கல். புதிய இடங்களில் வர்த்தக முயற்சிகளைச் சிலர் மேற்கொள்வர். பயண முயற்சி வெற்றிக் கம்பத்தை எட்டிவிடும். முற்றாகும் நிலையில் இருந்த மனை கட்டி முடிக்க பண்திற்குத் தடை ஏற்படல். பரிட்சை முடிவால் பதவி ஏற்படும். விவாகமின்றிப் பரிதவிக்கும் முதிர்கண்ணியை நினைத்து சோகம் மனதை வாட்டும். வாகன யோகம் கிட்ட சகோதரர் உதவுவார். நோய்கள் குணமடைய குடும்ப சிகித்தம் தெய்வத்தலங்களுக்கு விஜயம் மேற்கொள்ளல். எதிர்பாராது சுபநிகழ்வு தோன்றலாம்.



கும்பம் : எதிரியின் அடாவாயித்தனத்தால் அச்ச உணவு ஏற்படல். மாமன்மாருடன் நிலவிய பினக்கு அகன்று உறவுக்குக் கைகொடுத்தல். பரிட்சை முடிவால் அதிகாரபூர்வ மான பதவி கிடைத்தல். புண்கள் குணமடையாது தொடர்ந்தும் வருக்குதல். பணமுக வரின் திருவிளையாடலால் இடைத்தங்கல் நாட்டை அடைதல். பிதாவின் தேக்ககம் பாதிப் படைவதால் கவலை தக்கவைத்தல். அசாதாரண வேகம் விபத்தைக் கொண்டுவரலாம். விஷஜெந்துக்களின் தாக்கமேற்படல். நீதிமன்ற முடிவுகள் சிலருக்கு பாதகமான நிலையில் இருந்தல். விவாக முயற்சி எதிர்பாராது வெற்றியைக் கொணரல். குடும்பத்தில் நீண்ட நாட்களாக நிலவிய மனத்தாங்கல் மறைந்துவிடுதல். இரவில் காணாக்கடியால் அவதி யறல். குழந்தைப்பாக்கியம் தோன்றல்.



மீனம் : அரச தனியார்துறைகளில் பதவி கிட்டுதல். குழந்தைப்பேறு பற்றி மகிழ் வடைதல். வெளியூர்ப்பயணம் பற்றிய தித்திப்பான செய்திவரல். மாமன்மாருடன் நிலவிய முறைகள்நிலை அற்றுப்போதல். காதலில் ஏற்பட்ட சந்தேகக்கோடு மறைதல். ஆடம்பரப் பொருட்கள் கொள்வனவு செய்தல். நீண்ட நாட்கள் மனதை உறுத்திய கடன் தொல்லை நீங்குதல். விவாகத்திற்காக தாயகம் வந்து செல்லல். பெற்றோயின் தேக்நலனை முன்னிட்டு விடுப்பில் நிற்றல். மனையாளுடன் நிலவிய கருத்து வேற்றுமை அகன்று விடல். மக்களின் உயர்ச்சி கண்டு பெருமை அடைதல். கெளரவப் பதவிகளுக்குச் சிபாரிசு செய்யப்படல். பங்குத்தொழிலை முறித்துக்கொண்டு தனித்தியங்க முற்படல். சகோதரர் கள் உதவியால் வசந்தகாலம் பிறத்தல்.



ஆண்டுகள் 16 தாண்டி வானோலி அரசனாய் பவனி வரும் 'குரியன்'

1998ஆம் ஆண்டு ஜூலை மாதம் 25ஆம் திங்கியன்று தமிழ் பேசப்படும் - நாடெங்கிலும் பேசப்படும் ஒரு வானோலி உதயமாகியது. உலக வானோலி மாற்றத்தை எதிர்பார்த்திருந்த வான்லை ரசிகர்கள் மத்தியில், ஒரு பெரும் எதிர்பார்ப்பு நடக்குமா என்பதை நடத்திக்காட்டிய குரியன் எவ்.எம். உதயமாகி எம் மத்தியில் இன்று அசைக்க முடியாத வானோலி அரசனாய் பவனி வருகிறான்.

இன்றுடன் ஆண்டுகளோ 16. தாண்டி வந்த பாதைகளோ ஏராளம். வேதனைகளும், சோதனைகளும் கடந்த சாதனைதான் இவன் வாழ்வில் வருதித்து. நாங்களும் அசைக்க முடியாத - யாராலும் மாற்ற முடியாத, அன்பு நேயர்களாய் இருப்பதில் பெருமை கொள்கிறோம். நானும் ஒரு குரிய ரசிகனாய் முதலில் தரமான நிகழ்ச்சி களைத் தந்து, எமது மனம் அறிந்த பாடல்களைத் தருவதிலும், தேவையான தருணத்திற்குத் தேவையறிந்து - எல்லா தருணத்துக்கும் தேவையறிந்து எல்லாவற்றிலும், செயற்படுவதில் எம்மவன் குரியனுக்கு நிகர் வேறு எவரும் கிடையாது.

கடந்து வந்த 16 ஆண்டுகளிலும் இலங்கையில் பல தனியார் வானோலிகள் தோற்றம் பெற்றிருந்தாலும், குரியன் எவ்.எம். வானோலி யுடன் போட்டியிட்டு நிகழ்ச்சிகள் படைத்து நிமிஸ்து நிற்கமுடியாத வான்லைகள் பல தோல்விகளைச் சந்தித்து நிற்பதையும் யாவரும் அறிந்திருக்கலாம்.

எம்மவர்களின் முழுமையான திறமைகளை மட்டுமே கொண்டு, வானுயர்ந்து நிற்கின்ற குரியன் எவ்.எம். வானோலி, வித்தியாசமான நிகழ்ச்சிகளை அறிமுகப்படுத்த வேண்டும் என்பதற்காக சில வானோலிகள் அயல் நாட்டிலிருந்து அறிவிப்பாளர்களை இறக்குமதி செய்தாலும், இந்தச் குரியனுக்கு முன்னால் அவர்களுக்கு நிலைத்து நிற்கமுடியாது, திரும்பி ஓடிய வரலாறுகளும் பல.

வானோலிகளின் நிலைய குறியிசைகளும் இந்தியப் பாடக்களால் பாடப்பெற்ற ஒலிப்பரப்பினாலும், குரியன் வானோலி எமது உள்ளூர் கலைஞர் களை மட்டுமே வைத்து இதுவரை நிலைய குறியிசைகளைத் தயாரித்துள்ளதுடன் மட்டுமல்லாது,

பல மக்களுடும் மனங்களிலும் அடிக்கடி முனைமுனைக் கும் பாடல்களாக குரியன் நிலையக் குறியிசைகள் மாறியுள்ளன. நம்மவர்க்கு மதிப்பளிக்கும் குரியனின் ரசிகர்களாய் நாம் பெருமையடைகின்றோம்.

எம்மவர்களின் உணர்வறிந்து, தேவையான நேரத்துக்குத் தகுந்த செய்திகளை உண்மையான தகவல்களாகத் தமிழ் பேசுவோர் நம்பி கேட்கும் செய்திகளை வழங்கி இன்று முதற்தர செய்திச் சேவையாக குரியன் செய்திகள் நீங்கா இடம் பெற்றுள்ளமையும் எம் போன்ற உடனுக்குடன் அறிந்துகொள்ளத் துடிக்கின்ற இளைஞர்களுக்குப் பெரும் உதவியாக அமைந்துள்ளது.

நிகழ்ச்சிகள் தரமானவை; செய்திகள் துல்லிய மானவை. விளையாட்டு, சினிமா, கண்டுபிடிப்புகள் என ஒவ்வொன்றையும் உடனுக்குடன் நாம் அறிந்துகொள்ள நம் குரியன் எப்பவும் தயார். சமூகசேவைகளிலும் நாம் எல்லோரும் அறிந்து சேவைகளை வழங்குவதில் எப்போதும் பின்றிந்ப தில்லை நமது முதல்வன். பலர் அவசர உதவிகள் வழங்குவதாக அறிவித்தாலும் அவை நேரடியாகச் சென்றடைவதில்லை. ஆனால், கடந்த காலங்களில் குரியனின் உதவும் கரங்கள் சமூக செயற்றிடத்தினுடைக் காத்திரப்பட்ட மக்களுக்கு நேரடியாக ஒப்படைத்துப் பெருமை கொண்டான் குரியன்.

இசைரசிகர்களைச் சந்தோஷப்படுத்த, வானோலி வியால் கலையகத்திலிருந்து தனியே நிகழ்ச்சிகளை வழங்காது எம்மை போன்ற தார இடத்து நேயர்களும் மகிழ் வேண்டும் என்பதற்காக நாட்டின் மூலைமுடுக்கெல்லாம் சென்று இசை நிகழ்ச்சிகளை வழங்கி - பிரம்மாண்ட நிகழ்ச்சிகளை வழங்கி பல இலட்சக்கணக்காக நேயர்களை ஒன்றுதிரட்டிய பெருமையைப் கொண்ட வன் நமது முதல்வன் குரியன்.

காற்றலையில் கவிபாடும் காதல் நாயகன், நமது நண்பன், நாடு போற்றும் பண்பலை குரியன் வானோலி பார்போற்றும் 16இல் நாம் போற்றும் பெருமையோடு கொண்டாடுவோம். 16ஆவது சாதனை மிகு பிறந்தநாள்.

- குரிய ரசிகன் கிறிஸ்டோபர் - (இரத்தினபுரி)

குரியன் FM சப்பாஸ்ரார் குழு

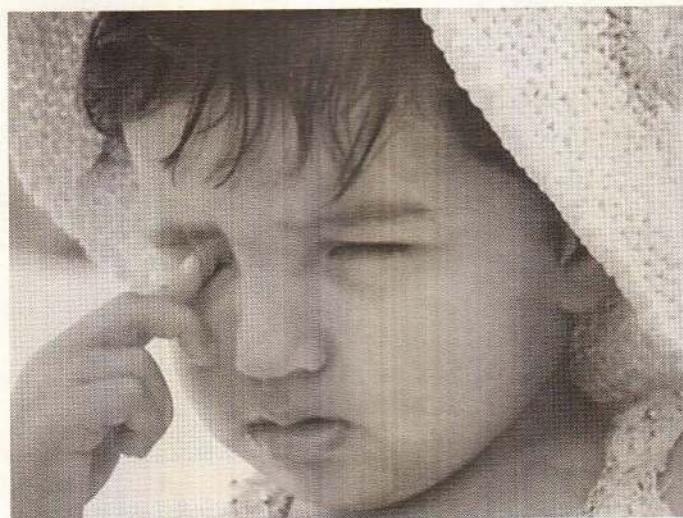
மனது ஒருவீல் இறைவன்

அன்று காலை பிள்ளைகள் எல்லாம் பாடசாலைக்குச் சென்று விட்டனர். தாய் சமையலில் ஈடு பட்டுக்கொண்டிருந்தார். மதியம் பாடசாலை விட்டு வரும் பிள்ளைகள் களின் பசியைப் போக்க வேண்டுமே என்ற பரப்பற்பில் இயங்கிக் கொண்டிருந்த போது பாடசாலை செல்லாத 4 வயது மற்றும் 2 வயது குழந்தைகள் இரண்டும் விளையாடிக் கொண்டிருந்தனர். அது ஒரு தகரத்தால் அடைக்கப்பட்ட அறை. ஒருபக்கத்தில் 4 வயதுக் குழந்தை ஒரு கூரிய கம்புடன் நின்று தகரத் தில் காணப்பட்ட துளைக்குள் கூரிய கம்பை குத்தி விளையாடிக்கொண்டிருந்தது. மற்றைய 2 வயதுக்குழந்தை அந்த கூர் வரும் இடத்தை கண்ணைவைத்து பாத்துக் கொண்ட போது கூரிய கம்பு குழந்தையின் கண்ணின் நடு விழியில் குத்தப்பட்டு விட்டது. குழந்தை வீரிட்டு அழு ஆரம்பித்த போதுதான் அம்மாவிற்கு நிலமை புரிந்தது.

அம்மா சமையலை போட்டது போட்டபடி ஓடி வருகிறார். குழந்தையின் கண்விழிறுங்கு போல் நிலத் தில் வீழ்ந்து உறைந்து கிடக்கிறது. குழந்தை ஒவென அழுகிறது. அம்மாவிற்கோ என்ன செய்வது என்று தெரியவில்லை. அப்பாவிற்கு செய்தி அனுப்ப அப்பா, வேலைத் தளத்திலிருந்து விரைந்து வருகிறார். இருவருமாக பொது வைத்திய சாலைக்கு கொண்டு செல்கிறார்கள் குழந்தையை. அங்கே குழந்தையை பரிசோதித்த வைத்தியர் இதை உடனடியாக சுத்திரசிகிச்சை செய்ய வேண்டும்; 6 மணித்தியாலங்கள் பிந்தினால் மற்றக் கண்ணும் பாதிக்கப்பட்டுவிடும்; கொழும் பிற்கு கொண்டுசெல்லுங்கள் என்று அவசரப்படுகிறார். அந்த காலத்தில் சீனக்குடாவில் விமான நிலை

யத்தில் இருந்து கொழும்பு செல்ல விமான வசதி இருந்தது.

நேரம் 10.30 மணி. 11 மணிக்கு புறப்படும் விமானம் இருக்கிறது என்று அறிகின்றனர். ஒர் காரை வாடகைக்கு எடுத்துக்கொண்டு விரைகின்றனர். விமான நிலையம் அங்கு விபரம் சொன்னவுடன் உடன் பயணத்திற்கான வசதிசெய்து கொடுக்கப்படுகிறது. இத்தனைக்கும் இத்தாய், தந்தையர் பெரியளவில் வசதிபடைத்தவர்கள் அல்லர். விமானம் புறப்

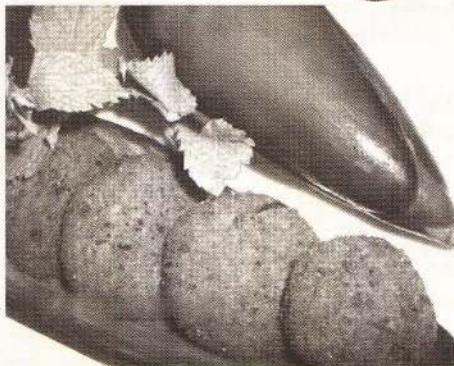


படுகிறது. இவர்களுக்கோ கொழும்பில் கண்சிகிச்சைக்கான வைத்தியசாலை எங்குள்ளது என்பதற்கான விளக்கும் ஏதும் இல்லை.

திமெரன் முன் ஆசனத்தில் அமர்ந்திருந்த ஒரு மனிதர் இவர்களின் பத்தடமான நிலமையைப் பார்த்து விசாரிக்கிறார். அவர் உடனே, “நான் ஒரு பொலிஸ் அதிகாரி, எனது சுகோதரர் சிறந்த கண் வைத்திய நிபுணர்; விமான நிலையம் சென்றவுடன் நானே எனது ஜீப்பில் உங்களை அழைத்துச் செல்கின்றேன்.” என்று சொல்லி அவர்களை அழைத்துச் சென்று சுகோதரரிடம் விபரத்தைச் சொல்லி வைத்தியசாலையில் அனுமதிக்க தேவையான ஒழுங்கை செய்து கொடுக்கின்றனர்.

வைத்தியரும் 1/2 மணி நேரத்தில் சந்திரசிகிச்சைக்கான ஒழுங்கை செய்து வெற்றிகரமாக சுத்திரசிகிச்சையை செய்து முடிக்கின்றார். அப்பா, அம்மாவுக்கு இது எல்லாம் எப்படி சாத்தியம்? இது எம்மால் உடனடியாக செய்யக்கூடிய காரியமா? என்று அதிசயப்படுகின்றனர் உண்மையில் தெய்வம்தான் அந்த பொலிஸ் அதிகாரி என்ற மனித உருவில் வந்தது என நம்புகின்றனர். இறைவன் எப்போதும் நேரில் வந்து உதவுவது இல்லை. தேவையான சந்தர்ப்பத்தில் மனித உருவில்தான் உதவுவார் என்பதில் சிறிதும் ஜயமில்லை.

வாழைப்பு வடை



தேவையான பொருட்கள் :

- வாழைப்பு - 01
- வெங்காயம் - 01
- கடலைப்பருப்பு - 150 கிராம்
- செத்தல் மிளகாய் - 03
- இஞ்சி - 01 துண்டு
- பூண்டு - 05

தேவையானளவு எண்ணெய் மற்றும் உப்பு



சுகுவக்கு
சுகமப்பது
எப்படி?

செய்முறை :

வாழைப்புவை நன்கு சுத்தம் செய்து தண்ணீரில் இடவும். கடலைப்பருப்பு மற்றும் செத்தல் மிளகாயை 2 மணிநேரம் ஊறவைக்கவும். வெங்காயத்தைப் பொடியாக நறுக்கவும். இஞ்சி, பூண்டை தோல் நீக்கி வைக்கவும்.

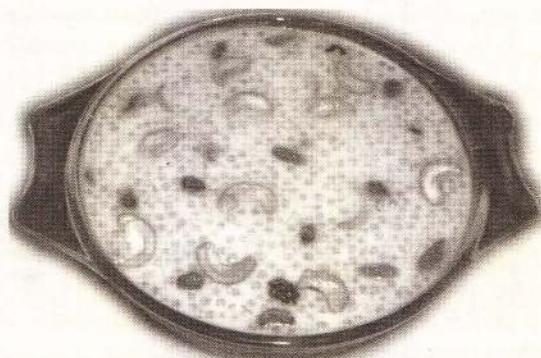
ஊறவைத்த கடலைப்பருப்பு, செத்தல் மிளகாய் இரண்டினதும் நீரை வடித்துவிட்டு இஞ்சி, பூண்டு, தேவையான உப்பு சேர்த்து சரசரப்பாக அரைத்துக்கொள்ளவும். கடைசியில் வாழைப்புவை சேர்த்து ஒரு சுற்று அரைக்கவும்.

அரைத்தவற்றுடன் நறுக்கிய வெங்காயத்தை கலந்துவிடவும். பாத்திரத்தில் பொரிக்கத் தேவையான எண்ணெயை ஊற்றி குடாக்கி சிறு உருண்டையாகப் பிடித்து எண்ணெயில் போட்டு பொரித்து எடுக்கவும். சுவையான வாழைப்பு வடை தயார். விரும்பிய சட்னியுடன் பரிமாறலாம்.

சுருரக்காமி பாமாசமி

தேவையான பொருட்கள் :

- சுரைக்காய் - பாதி
- முந்திரி வத்தல் - 10
- கஜை - 10
- ஏலக்காய் - 4
- சவ்வரிசி - 01 கப்
- * நெய் - அரை கப்



செய்முறை :

பாலை நன்கு காய்ச்சி ஆறுவிடவும். அதேநேரம் சவ்வரிசியை அரைமணிநேரம் ஊறவிடவும். நெய்யில் திராட்சை, முந்திரியை வறுத்துக்கொள்ளவும். சுரைக்காயை கரட் துருவியில் துருவி, நீத்துப் பெட்டியில் வைத்து வேகவைத்து எடுத்துக்கொள்ளவும்.

அடி கனமான பாத்திரத்தில் ஊறவைத்த சவ்வரிசி கால் கப் நீர்விட்டு வேகவிடவும். சவ்வரிசி வெந்ததும் சுரைக்காயை சேர்க்கலாம். பின்னர் கொதித்ததும் நெய்யைக் கலந்துவிடவும். பொடித்த ஏலக்காய் மற்றும் நெய்யில் வறுத்த முந்திரி, திராட்சையைச் சேர்க்கவும். பின் காய்ச்சி ஆறுவைத்த பசும்பாலை சேர்த்து கலந்துவிடவும். 2 நிமிடத்தில் இறக்கலாம். சுவையான சுரைக்காய் பாயாசம் தயார்.

சமூகம் ஒரு சிற்தனைக்களாம்

சமூகம் என்பது சிந்தனைக்குறிய தலை. அதில் வேர்விட்டு விழுதுகள் பறப்பி திறக்கும் அன்பு என்ற மாத்தின் கிளைதான் சேவை என்பதை தனது கொள்கையாகக்கொண்டு மக்கள் கூட்டுரை சமூக சேவை வகை ல்தாட்டம் கொண்ட சமூகசேவகியாகவும், சமயப் பற்றாளராகவும், ஆலை அடியாராகவும், பெண்கள் அமைப்பின் தலைவரியாகவும் பன்முகம் கொண்ட யாழிப் பாணம் அத்தியாடக் கிராமத் தீல் வாழ்ந்துவரும் இருமதி புவனேஸ்வரி ராஜகோபால் இம் மாத மங்கைக்காக 'ஓளி அரசி' சார்பில் ஈந்தத்து உரையாடியபோது கவாஸ்யம் நிறைந்த பல தகவல்களை எழ்முடன் பகிர்ந்துகொண்டார்.

'மனமிருந்தால் இடமுண்டு' என்ற தமிழில் ஒரு பழமொழி உண்டு. அப்பழமொழி ஏற்குப் பொருந்துதோ இல்லையோ மற்றவர்களுக்கு உதவி செய்யும் விடயத்தில் மிகவும் பொருத்தமானதாகக் காணப்படும். ஒரு கிராம அபிவிருத்தி சங்கத்தில் தலைவரியாக இருந்து கொண்டு இவர் செய்கின்ற சேவைகள் வியப்பட்டு பவையாக உள்ளன.

பெண்களைத் தலையைத்துவமாகக்கொண்ட குடும்பப் பொண்களுக்குப்

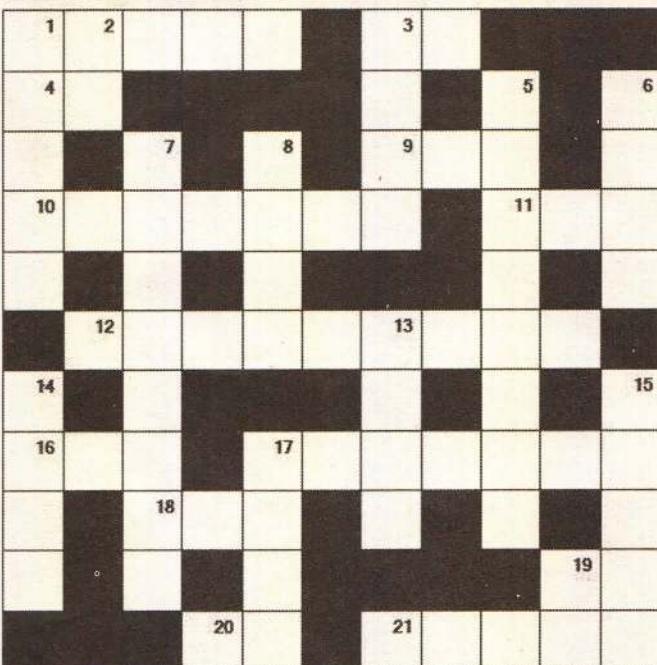
பயிற்சிநெறிகளை வழங்கி அவர்களின் வாழ்வாதாரத்துக்கு உதவுதல், பெண்கள் மற்றும் சிறுவர்களுக்கெதிரான வன்முறைகள் தொடர்பில் சமூகத்திடையே விழிப்புணர்வுகளை ஏற்படுத்தும் கருத்தால்களை நடத்துதல், பாடசாலை செல்லாத மாணவர்களை இவைகளுடு அவர்களுடைய தேவைகளை நிவரித்திசெய்து அச்சிறார்கள் கல்வியைத் தொடர வழிசமைத்துக் கொடுத்தல் என தான் சரிந்த அமைப்பு களினுடாக பல உதவிகளைச் செய்துவருவதாகத் தெரிவித்தார்.

அது தவிர, தனிப்பட்ட முறையிலும் பலபேரைத் தொடர்புகொண்டு தேவை உடையவர்களையும், உதவிபுரிய தயாராக இருப்பவர்களையும் இவைக்கு வருவதாகக் கூறிய அவரிடம் தற்போது நீங்கள் செய்ய விரும்பி முயற்சி செய்கின்ற தாவது விடயங்கள் காணப்படுகின்றவை எனக் கேட்டுபொது இன்வருமாறு தனது விருப்பங்களை வெளிப்படுத்தினார்.

தற்போது சிறுவர்களிடையே வாசிப்பு பழக்கம் குறைந்து வருகின்றது. இதனால் புத்தகங்கள் சேகரித்து சிறிய வாசிச்சாலை ஒன்றை அமைத்து இலவச புத்தகங்களை வழங்கி வாசிப்பு ஆற்றலை வளர்க்க வேண்டும் என்பது எனது விருப்பமும் நம்பிக்கையுமாகும். இதற்கு மக்கள் ஆதாவும் இறைவனின் நல்லாசியும் கிடைக்கும் என்பதே எனது எதிர்பார்ப்பு என்றார். அவரது விருப்பம் பூர்த்தியடைய வாழ்த்தி விடை பெற்றேன்.



“ஓளி அரசி” குறுக்கெழுத்துப்போட்டி இல. 09



போட்டி முடிவு திங்கு 25.08.2014

இப்ரின்து வலம்

01. காத்திருந்தால் கிடைப்பது
03. தயிரில் செய்வது, தாகம் தீர்ப்பது
04. நாயாய் நகைச்சவை செய் (2)
09. இதுவும் பழும்பொருள் காப்பகமே (3)
10. இந்தியர்களின் நாட்டுப்பற்றை ஏற்படுத்தும் வெள்ளை யரை விரட்டச் செய்த கீதம் (3, 4)
11. தாய்... வணக்கம் இடைவெளியில் வர வேண்டியது
12. பாற்கடல் தந்த திரவத்தினும் தித்திக்கும் தமிழ் (6, 3)
16. எட்டயபுரத்து புரட்சிக் கவிஞர்
17. திடிரென எடுக்கும் தீர்மானம்
18. முதல் உணவு சீணம் ஆகாதால் குடலில் விளைந்த புண் (3)
19. அதிகமாக (2)

வைத்தியம்

உடல் கொழுப்பு, மலவியை நீண்ட கூந்தல் வளர். முழு உதிர்ப் பார்ப்பு சீக்கிசை. சீர்தாக்குதல். மாதவிடாய் கோளாறு. வயிறு குறைய, வயிறு கோடுகள் மறைய. மாதவிடாய் தாமதம். ஆண் உறுப்பு சீக்கிசை. தாடி. மீசை வளர்ச்சி. விந்தனூக்கள் பெருக்க, குழந்தை பாக்கியம் அமைய. முகம் வெள்ளையாக்க, பரு அடையாளம் நீங்க, இளந்தை, தாம்பத்திய திருப்தியின்மை, உறவில் தீர்த்தியின்மை, ஒுகியலற்றுக்கு மருந்துவன்டு.

Dr. N.L.Ratnajothy, 15A Jempeppah Street,
Kochchikade, Colombo - 13.

Tel : 077 4421157, 077 1797427, 075 4146849,
072 1238553, 071 9713464. dr.nlr_95@yahoo.com

20. பயத்தில் பெயர் மறந்த பேசகம் பறவை(2)
21. திருவிழா காலங்களில் சனத் திரளால் ஏற்படுவது.

மேல்குந்து கீழ்

01. குரு தட்சனையாக விரலைக் கொடுத்தவன்.
02. மேல் தளம்
03. நாயிடம் இருக்கும் சக்தி
05. சிறை சென்று திரும்பிய மகளைத் தந்தை இப்படித்தான் கொஞ்சி வரவேற்றிருக்க வேண்டும். (3, 5)
06. முட்டாள் மண்ணையில் ஆண்ட பூமி
07. பாறதியார் ஆசிரியராய்ப் பணியாற்றிய ஒரு நாளிதழ் (8)
08. அங்கொரமற்ற அதிவேக செய்தி (4)
13. குப்பழவிழுந்தாஸ் மேன்மை இழந்தோ மாணிக்கவாசகரின் படைப்பு? (4)
14. இது உண்டேல் வேலை கிடைப் பது நிச்சயம் (4)
15. ஒரு வகை மரத்தடியில் ஒரு கசை யடி (5)
17. பிள்ளைத் தமிழ் சொல்லும் நிலாப் பருவம் (4)
19. அதிகமாக (2)

நுஸ்பு : போட்டி இலக்கம் 7
தவிர்க்கமுடியாத காரணத்தினால் ரத்து
செய்யப்பட்டமையால் அதன் முடிவு
கரும் இங்கு வெளியிடப்படவில்லை.

Be Es En Traders

Suppliers of Offset Plates, Chemicals, Printing Ink,
Machinery & All Other Printing Requisites

No. EG1, Central Road, Colombo 12, Sri Lanka.
Tel: +94 11 2348418, 2348419, 2387924, 2330297
Fax: +94 11 2449809
E-mail : bees@sltnet.lk

மனையாள மாந்திரிகம்

ஓம் ஸ்ரீ மகாகாளி அம்மன் அருள் பெற்று மனையாள மாந்திரிகத்தைப் பயண்படுத்தி கள்ளைரைத் துடைக்க வருவாள் அம்மா. நீங்கள் நினைக்கும் காரியம் அனைத்தும் நிறைவேறும். பிரிந்தவர்களைச் சேர்த்துவைக்க முடியும். எவரும் உங்களிடம் பயணைப் பெற்று விலைக் போய்விட்டாரா? உங்கள் மனம் கவர்ந்தவரை உங்கள் வசமாகக்கீர்ணங்கள். கல்வி, களவு, கடன், தலைவரி, கல்வையே ஈடு கவலை வேண்டாம். நோய் சம்பந்தமான பிரச்சினை, விசா திலகுவில் கிடைக்கவும். வெளிநாட்டு பயணங்கள் கிடைக்கவும் கைக்கூடவும் இவை அனைத்துக்கும் ஒரே வாரத்தில் வெற்றியின்டு. பயன் பெற்றோர் பல்வாயிரம். இரகசியம் பாதுகாக்கப்படும். வெற்றி நிச்சயம். வெளிநாட்களில் உள்ளவர்களும் தொடர்புகொள்ளலாம்.

தொடர்புகளுக்கு : 072 5458711 , 077 9930131

**ஒளி அரசி | 2014 ஆம் ஆண்டுக்கான
நடவடிக்கை | 130,000/- பரிசுத்திட்டம் வினாவிடப் போட்டி**

இப்போட்டியானது குடும்பங்கள் மத்தியில் பொது அறிவு, பொது விவேகம், மார்க்கா (சமயம்) அறிவு என்பவற்றை அதிகரிக்கும் நோக்கில் நடத்தப்படுகின்றது.

பரிசு விபரம்

1 ஆம் பரிசு
50,000/-

2 ஆம் பரிசு
30,000/-

3 ஆம் பரிசு
20,000/-

மேலும் 2,000/- விதம் 15 பேருக்கு ஆறுதல் பரிசுகள்

நீங்கள் செய்ய வேண்டியது - கீழ்க்கண்ட வினாத் தொகுதிகளில் பொது அறிவு கேள்விகள் ஜூந்துக்கு கட்டாயமாகவும், மேலத்தி தொகுதியிலுள்ள உங்கள் மத்துடைன் இணைந்த ஜூந்துக்குமான மொத்தம் பத்து வினாக்களுக்கு விடையளிக்கவும். ஒவ்வொரு மத்தும் வெளிவரும் இவ்வினாக்களுக்கு விடை எழுதி அதைப் பாதுகாப்பாகப்போனி இவ்வருட டிசம்பர் நடுப்பகுதியில் (கீழ்க்கண்ட கூப்புவின் மூலப்பிரதியை வெட்டி ஒவ்வொரு விடைத்தானுடனும் கட்டாயமாக இணைந்து) எமக்கு அனுப்பி வைக்கவும். அதிர்ஷ்டசாலிகள் குலுக்கல் முறையில் தேர்வுசெய்யப்படுவர்.

ஒளி அரசி முந்தைய இதழ்கள்

புதிய வாசக்களுக்கு ஒளி அரசியின் முந்தைய இதழ்கள் கிடைக்காமல் இருந்தால் அத்தகையோர் எம்முடன் தொடர்பு கொண்டு தேவையான மாத்துக்கான ஒளி அரசி இதழைப் பெற்றுக்கொள்ளலாம். தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி, தொலைபேசி இலக்கம் என்பன ஓதும் பக்கத்தில் காணப்படுகின்றன. முந்தைய இதழ்கள் குறிப்பிட்ட தொகையே கைவசம் உள்ளன என்பதையும் தெரிவித்துக் கொள்கிறோம்.

பொது அறிவு

- உலக சமாதான தினம் கொண்டாடப்படுவது எப்பொழுது?
- போர்த்துக்கேயரின் ஆட்சியின் பின் இலங்கையை ஆண்ட அந்தியர் யாது?
- கன்டாவின் தேசிய பறவை யாது?
- விண்வெளிக்கு முதன் முதலில் சென்ற நாயின் பெயர் என்ன?
- நள்ளிரவில் சூரியன் உதிக்கும் நாடு எது?

கிறிஸ்தவம்

- காயின் மகனின் பெயர் என்ன?
- இயேகவின் சீடர்களின் பெயர்களை தருக?
- இயேசு இரண்டு மீன்களையும் ஐந்து அப்பங் களையும் எத்தனை பேருக்கு பகிர்ந்து அளித்தார்?
- ஏழுத்திருவருட்சாதனங்களின் பெயர்கள் எழுதுக?
- எந்த திருவருட்சாதனங்கள் பலமுறை பெற லாம்?

இந்து

- இலங்கையில் உள்ள பஞ்ச ஈஸ்வரங்கள் எவை?
- சமுத்து சிதம்பரம் என அழைக்கப்படும் ஆலயம் எது?
- விநாயகப்பெருமானின் அங்குசம் ஏந்திய கை எதனை குறிக்கின்றது?
- நவராத்திரிவிழாவின் இறுதிநாளன்று ஆலயங்களில் வாழை வெட்டப்படுவதன் உத்கருத்து யாது?
- விநாயகப் பெருமான் யாரை பெருச்சாலியாக மாற்றி தனது வாகனமாக்கினார்?

இஸ்லாம்

- அரபு நாட்டின் வீரசிங்கம் என அழைக்கப்படும் சஹாபியர் யார்?
- நபி இப்ராஹிம் (அலை)க்கு எத்தனையாவது வயதில் ஹத்தா செய்யப்பட்டது?
- அன்னை செய்னப் (றலி)யின் சிறப்புப் பெயர் யாது?
- அப்துல் றாஃமான் இப்ரனு ஓளல்(றலி)யுடன் நபியால் இணைந்து வைக்கப்பட்ட அன்சாரி யார்?
- குரா அல் ஜோத்தலவில் முதலாவது வசனம் எந்த ஏஹாபி பெண்ணின் விடயத்தில் இறங்கியது?

ஒளி அரசியின் ஆகஸ்ட் மாத வினாவிடப் போட்டி

- முழுப்பெயர் :
- முகவரி :
- தொலைபேசி இல. :



பெண் என்பதால்...

வயதோ பதினெட்டு
கல்வி பயிலும் வயதில்
கல்யாணம் என்னும் பெயரில்
வந்ததே வருன் ஒன்று

யார் என்றும் தெரியாது
முகவரியும் தெரியாது - ஆனால்
வெளிநாட்டு மாப்பிள்ளையாம்
திட்டங்களே கோவில் ஒன்றில்
திருமணமும் நடந்தது

சுகம குறைந்தது என
சுகம் அடைந்தோர் சிலர்
பெருமல்பட்டோர் சிலர்
பெருமல்லச் சிட்டோர் சிலர்

கண்ணின் கனவுக்கொ
காற்றில் பறக்கவிட்டு
கால்கள் கட்டுண்டு போனது
அவளது வாழ்க்கை

நாட்கள் நகர்ந்தன
மாதங்கள் கடந்தன
வாசலிலே தூபால்க்காரன்
தந்தியிடன் வந்து நின்றான்

“மாப்பிள்ளைக்கு.....
ஸர்ராந்து மனனவியாம்”
வாழ்த்தினோர் புகழ்ந்தோர்
வாய் அடைத்துப் போய் நிற்க
வாழ்க்கை என்னும்
நாட்கறும் முடிந்ததுவே

அவள் ‘பெண்’ என்பதால்
மௌனமாயீ ஏங்கி நிற்க
பெரிய கதையினை புனர்கின்றனர்
பெருமல்லாக அவளை கைத்து.



இலவச இணைப்பு

பக்கங்கள் (59-65)

பாரஸ் + தறம் 3, 4, 5

[உச்சப்புவின்சிரிகளுக்கான மேலதிக திறன் விருத்தி] மற்றும் சிறுவர்களுக்கான விறந்தநாள் வாழ்த்துக்களுடன்...



GOOD HABITS

Play School Series

குழந்தைகளே இந்த நற்பழக்கங்களை ஆப்கிலத் தில்மனள்ளும் செய்வதுடன் விடையீல் இப்பழக்கங்களை ஒழுங்காக பயன்ப்படுத்தி பெற்றோரிடம் நல்ல பேர்வாங்குவதன்.



COVER YOUR MOUTH WHEN YOU SNEEZE

SAVE YOUR POCKET MONEY



HELP YOUR LITTLE SISTER IN HER STUDIES



TO MAKE DRAWING



இலவசம் வாழ்த்து வினாக்கல் முறை கோட்டுரை, நாள் பிழை வினாக்கல் மற்றும் தொடர்பு வினாக்கல்.

Learn & Grow

Moral Stories

The Story Of
The ARROGANT HORSE

A farmer owned a donkey and a horse. The horse used to carry the master and the donkey used to carry his loads. Once, the farmer took the donkey and the horse to town to do his monthly shopping. After all the shopping was over, the donkey was over loaded with supplies. He was unable to carry the load.

The donkey asked the horse, "please my dear friend! help me and share the load". The horse arrogantly replied, "it is your duty to carry loads. Mine is just to carry the master".

The donkey managed to carry the load for some distance more, but he started foaming. The farmer saw the poor state of the donkey and he shifted the whole load from the donkey to the horse. Now the horse thought, "If I had accepted the donkey's suggestion earlier, I would be carrying just half this load".



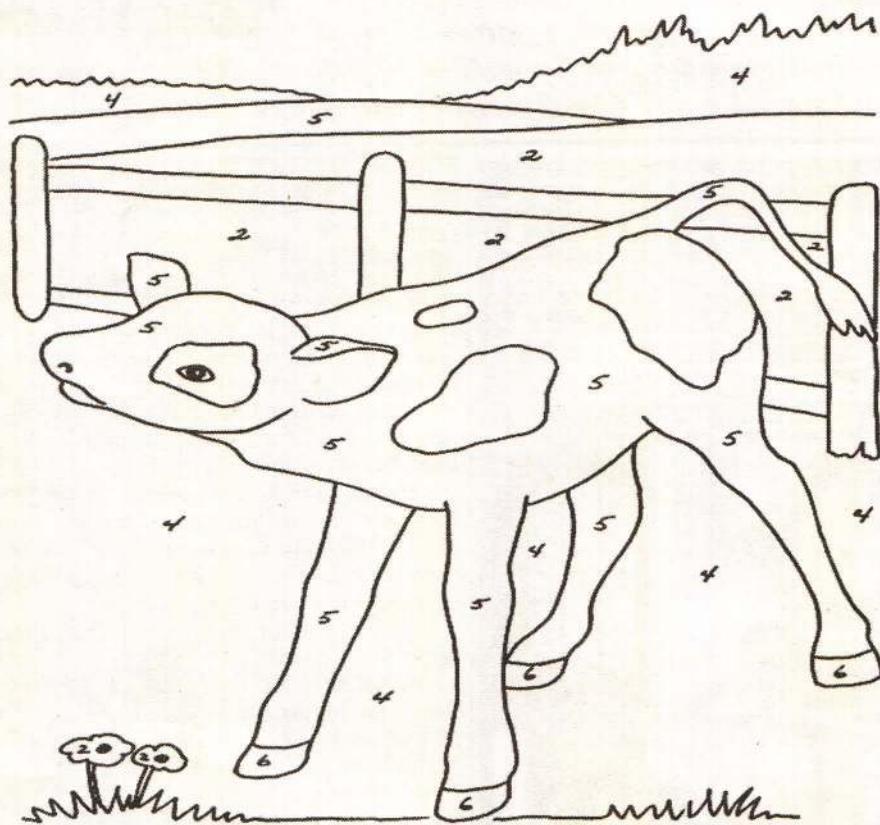
ARROGANCE LEADS TO DOWNFALL

குதிரையின் ஆணவம்

ஒரு விவசாயி தனக்குச் சொந்தமாக கழுதை ஒன்றையும், குதிரை ஒன்றையும் வைத்திருந்தார். அந்தக் குதிரை எஜ மானை சுமந்து செல்லும். கழுதை அவரது பொதிகளை சுமந்து செல்லும்.

ஒரு முறை அந்த விவசாயி தனது மாதாந்த பொருட்கள் கொள்வனவுக்காக, கழுதையையும் குதிரையையும் நகருக்குக் கொண்டு சென்றார். பொருட்கள் யாவும் கொள்வனவு செய்யப்பட்ட பிள்ளை, கழுதைமீது பொஞ்சிள்காமத்துப்பட்டன. அதனால் அப்பளுவை சுமக்க முடியவில்லை. அந்தக் கழுதை குதிரையிடம் கேட்டது. (தயவு செய்து) எனது அன்பான நண்பனே! எனக்கு உதவி செய். சுமையை பகிர்ந்துகொள்வோம். அப்போது அக்குதிரை மிகக் கர்வத்துடன் பதில் சொன்னது, அது உனது கடமை; "எனது கடமை என்னுடைய எஜமானை சுமந்து சொல்வதே." அந்தக் கழுதையால் கொஞ்சத் தூரம் வரை தான் ஒருவாறு சுமையை சுமக்க முடிந்தது. ஆனால், அது நுரைத்தள்ள தொடங்கியது. அந்த விவசாயி கழுதையின் பரிதாரமான நிலையைப் பார்த்து, முழுச்செய்யும், கழுதையிலிருந்து குதிரைக்கு மாற்றினார். இப்போது அக்குதிரை நினைத்தது "கழுதையின் யோசனையை நான் முன் வரே ஏற்றுக்கொண்டிருந்தால் இந்த சுமையில் அரைவாசி யையே சுமக்க நேரிட்டிருக்கும். கர்வம் வீழ்ச்சிக்கு இட்டுச் செல்லும்

இலக்கங்களுக்குரிய வர்ணங்களைத் தீட்டி அழுபடுத்துங்கள்...



1 - Red
 2 - Yellow
 3 - Blue
 4 - Green
 5 - Brown
 6 - Black
 7 - Orange
 8 - Purple

விட்டை சென்றைவதற்கான சரியான பாதையை கண்டுபிடிப்பான் பார்க்கலாம்.



தற்ம் 4,5 மாணவர்களுக்கான கணிதப் புதிர் போட்டி 06

இப்பகுதியில் இடம்பெறும் கணிதப் புதிருக்கும் விடுகதைகளுக்குமிருஷரிய சரியான விடைகளைத் தபால்ட்டையில் எழுதி 3 ஆம் பக்கத்தில் காணப்படும் எமது முகவரிக்கு இம்மாதம் 25 ஆம் திகதிக்கு முன்னர் எமக்குக் கிடைக்கக் கூடியவாறு அனுப்பும் தரம் 4, 5 மாணவச் செல்வங்களுக்கு பரிசில்கள் வழங்கி ஊக்குவிக்க உள்ளோம். தொலைபேசி இலக்கத்தை குறிப்பிடத் தவறவேண்டாம். தெரிவுகள் குலுக்கல் முறையில் இடம்பெறும்.

1ஆம் பரிசு
750/-

2ஆம் பரிசு
500/-

3ஆம் பரிசு
250/-

கணிதப்புதிர்

ஒரு மீற்றர் நீளமுள்ள கயிறு உள்ளது. அந்த கயிறினை ஒரு முனையில் கொளுத்தினால் முழுவதும் எரிய ஒரு மணி நேரம் பிடிக்கும்.

அதுபோல இரண்டு கயிறுகள் உள்ளன. இதனைக் கொண்டு 45 நிமிடத்தை எப்படி அளவிடுவீர்கள்?

ஒரு குறிப்பு : கயிறின் இரண்டு பக்கங்களிலும் எரிவதைத் தொடக்க முடியும்.

போட்டி - 04 (பே) இல் பரிசு வழங்குவோ :

கணிதப்புதிர்

01 ஆம் பரிசு

எம்.ஏ. அமல் அஹமட்
இல. 8 மலைபார் வீதி
கம்பளை

02 ஆம் பரிசு

கமலநாதன் மலவிகா
கொழும்பு - 13

03 ஆம் பரிசு

ஆதித்தியன் அருண்
அருணோதயா கல்லூரி
சன்னாகம்

கணிதப்புதிருக்கான
விடைகள்

முறை 1

$$9 + (99 \div 99) = 10$$

முறை 2

$$(99 \div 9) - (9 \div 9) =$$

10

விடுகதைகளுக்கான
விடைகள்

1. மீன் வலை

2. கண்

3. கடிகாரம்

4. பட்டு

5. நீர்

கணிதப்புதிரும் விடுகதையும் ஒரே
போட்டியாகும். இதனால் ஒரு
தபால்ட்டையிலேயே இருபக்கங்களிலும்
எழுதி அனுப்பவும்.

விடுகதைகள்

1. முகத்தின் மேலே கைகள், மூளையில் போலே கைகள், ஓடிப்போகும் ஒரு கை, மெல்ல நகரும் மற்றொரு கை! - அது என்ன?

2. அச்சு இல்லாத சக்கரம், அழுகு கூட்டும் சக்கரம், விதவித வண்ணச் சக்கரம், விலைக்குக் கிடைக்கும் சக்கரம்! - அது என்ன?

3. முட்டையிடும், குஞ்சு பொரிக்காது. கூட்டில் குடியிருக்கும், கூடு கட்டத் தெரியாது. குரலில் இனிமையுண்டு, சங்கீதம் தெரியாது! - அது என்ன?

4. பார்வைக்குப் பச்சை நிறம், பாக்கு வெற்றிலை போடாமல் வாய் மட்டும் பவள நிறம்! - அது என்ன?

5. கண்ணுக்கு விருந்தாய் கையில் இருக்கும். கருத்துக்கு விருந்தாய் மனதில் ஒலிக்கும். ஞானத்தைச் சுமந்து நமக்குத் தந்தே நல்லபடி வாழ உதவி செய்யும். - அது என்ன?

மாநில குத்தாவ வாணி தீட்டு போட்டி

போட்டி இல.09

“குளி அரசு”

பெயர் :

தறம் :

முகவரி :

தொலைபேசி இல :

திபாவளி நல்வாழ்த்துத் துஞ்சன்

2014



அனுசாரன்

COLORCRAFT LANKA (Pvt) Ltd

#119, BANKSHALL, COLOMBO 11.

முக்கிய குறிப்பு :
வர்ணம் தீட்டும்
போது குறித்த
பெட்டி முழுவதும்
நிரம்பக்கூடியவாறு
பின்னணி உட்பட
வர்ணம் தீட்ட
வேண்டும். தேவை
ஏற்படின் சில
பின்னணிகளை
நிங்கள் வரையவும்
முடியும்.

பெற்றோர்
உறுதிப்படுத்தல்
இவ் ஓவியத்திற்கு
எனது பிள்ளை
சுயமாக வர்ணம்
தீட்டினார் என்பதை
உறுதி செய்கிறேன்.

(பெற்றோர் ஒப்பம்)

போட்டி 05 வெற்றிபெற்ற பாட்டுக்குரியவர்கள்

முன்பள்ளி

01 ஆம் இப்ப
சி.கவிதா
கொழும்பு - 06

02 ஆம் இப்ப
க.மதனியன்
மட்டுவில் வடக்கு
சாவகச்சேரி

03 ஆம் இப்ப
ஹரின் அங்கன்
ஜெயராஜா இல.32,
அச்சக வீதி, யாழ்ப்பாணம்

தறம் - 01

01 ஆம் இப்ப
வாகினி கிருபாகரன்
6, சேரிப்பான். இராமநாதன்
வீதி, யாழ்ப்பாணம்

02 ஆம் இப்ப

த. சந்தோஷ்
நீராவியடி
யாழ்ப்பாணம்

03 ஆம் இப்ப

ஆர்.ரதன்
கொழும்பு- 04

தறம் - 02

01 ஆம் இப்ப
அ. மரியோ மில்லான்
21, மருத்து வீதி,
யாழ்ப்பாணம்

02 ஆம் இப்ப
த. அஜந்திகா
இல. 12.6/2 இராஜசிங்க
வீதி. வெள்ளவத்தை

03 ஆம் இப்ப

M.N. அம்துல்லாஹ்
540, ஆஸ்பத்திரி வீதி,
சும்தந்தமருது - 7.

தறம் - 03

01 ஆம் இப்ப
சிவகுமாரன் சகாநந்தன்
ப/ சுவதம் தமிழ் மகா
வித்தியாலயம். தெமோது

02 ஆம் இப்ப
Deniciya Edwinraj
20/1 Eachachamoddi
Beach Road.

03 ஆம் இப்ப
எஸ். பரிதாபுரி
10, மாதுமை வீதி
தேவாநகர். திருக்கோணமலை

தற்ம் 05 மாணவர்களுக்கான ஓவியக் கட்டுறைப் போட்டி

ஆகஸ்ட் மாதத் தலையீடு

இற்றுமையே பலம்

மேற்படி தலையில் சுயமாக சித்திரம் வரைந்து வர்ணம் தீயு. அந்த ஓவியம் தொடர்பான 5 வசனங்கள் எழுதி எமக்கு **10.08.2014** க்குள் கிடைக்கக்கூடியவாறு கீழ் உள்ள ஓவியப்போட்டிக் கூப்பனை நிறுப்பி அதனை வெட்டி ஓவியத்திற்குப் பின்பக்கத்தில் ஓட்டி 4 மூலம் பக்கத்தில் உள்ள முகவரிக்கு அனுப்பிவைக்கவும்.

நிபந்த்தவைகள்:

அனுசாரமாக

COLORCRAFT LANKA (Pvt) Ltd

#119, BANKSHALL, COLOMBO 11.

- ஓவியங்கள் 'ஸ்டாக்' அளவிலான வெள்ளளத்தாளில் மட்டுமே வரையப்பட வேண்டும்.
- விரும்பிய கலர் வர்ணங்கள் பயன்படுத்தப்படலாம்.
- கீதில் வெளியாகியுள்ள கூப்பனின் மூலப்பிரதியை வெட்டி ஓட்டிய ஓவியங்கள் மட்டுமே போட்டியில் சேர்த்துக்கொள்ளப்படும்.
- மாவட்ட ரீதியில் தெரிவுசெய்யப்படும் முதல் மூன்று வெற்றியாளர்களுக்கும் 3,000/- பெறுமதியான பரிசில்களும் சான்றிதழ் கடத்தம் அனுப்பிவைக்கப்படும்.
- அனுப்பப்படும் ஓவியங்கள் அனைத்தும் புள்ளியிடமுடியும் உங்கள் முகவரிக்கு அனுப்பப்படும்.
கிடங்க சம்ரவாறு உங்கள் கடத் தெருக்குள் உங்கள் விலாசம் எழுதப்படு ரூ. 5/- முத்திரை ஒட்டப்பட்ட இன்னொரு கடத் தெருயை வைத்து அனுப்பிவைக்கவும்.

“அழகாக வரைவோம்: அறிவுபூர்வமாக எழுதுவோம்”

மேலதிக தொடர்புகளுக்கு : 071 4273035

**தற்ம் 5 மாணவர்களுக்கான
ஓவியம் போட்டிக் கூப்பன்**

முழுப்பெயர் :

பிறந்த திகதி :

முகவரி :

தொலைபேசி இல. :

பெற்றோர் ஒப்பம் :

திருமண வாழ்த்துக்கான கூப்பன்

மணமக்கள் பெயர் :

திருமண திகதி :

திருமண மண்டபம் :

**ஓவி ஓர்சீயின்
பிறந்தநாள் வாழ்த்து கூப்பன்**

முழுப்பெயர் :

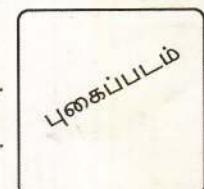
.....

வயது :

பிறந்த திகதி :

முகவரி :

தொலைபேசி இல. :



HAPPY BIRTHDAY TO YOU



கி. ஸஹுஜன்
02 ஆம் திகதி
திருகோணமலை



செ. பூஷ்வரஸ்திகன்
04 ஆம் திகதி
வட்டு - வடக்கு



மு. தன்வீர்
05 ஆம் திகதி
திருகோணமலை



இ. அபிசாளினி
06 ஆம் திகதி
மாதகல்



எம். யுஸரி
08 ஆம் திகதி
மாவட்டமலை.



ம. நித்திகா
10 ஆம் திகதி
சாவகச்சேரி



நா. பிரஸ்வி
10 ஆம் திகதி
சித்தன்கேளி



மு. பிரனுஷன்
10 ஆம் திகதி
சித்தன்கேளி



ச. ரவீன்
17 ஆம் திகதி
கொழும்பு - 15



மு. இன்ஷாப்
18 ஆம் திகதி
காவத்தமுனை



அ. நெடுபுல்
18 ஆம் திகதி
தர்காநகர்



கோ. பிரியங்கி
19 ஆம் திகதி
வட்டுக்கோட்டை



அ. டேனுஜன்
19 ஆம் திகதி
சண்டிலிப்பாய்



ந. பவித்ரிசர்மா
21 ஆம் திகதி
கொழும்பு - 12



ம. சண்மிக்கா
26 ஆம் திகதி
சாவகச்சேரி



கி. ஜானகி
27 ஆம் திகதி
வெள்ளவத்தை

IN
AUGUST
2014



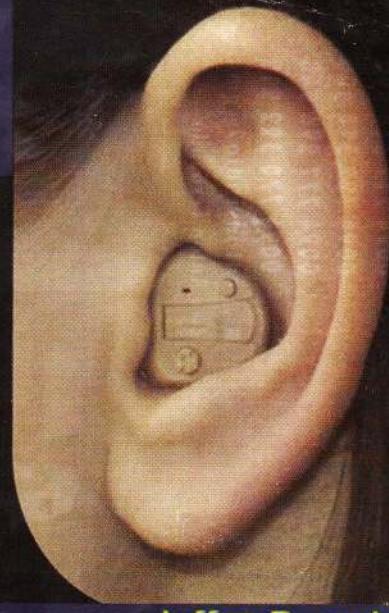
MEDCON
Hearing Care Centre

Ultimate support on hearing

Hearing Problem? கேட்டல் குறைபாடா?

Our experts
can help
you
manage it,

எங்கள் வல்லுவர் உங்கள்
மிரச்சனை தீர்வுக்கு
வழிக்காட்டுவேர்.



Head Office:

No. 23A 2/1, Pagoda Road, No 673, William Gopallawa Mw, 218, 1/1, Hospital Rd,
Nugegoda, Sri Lanka.
Kandy.
Tel: +94 11 2816644
Customer Care: 0777 313672, 077 3166 537 E-mail: contact@medconlk.com Web: www.medconlk.com

Kandy Branch:

Tel: 081 4951797

Jaffna Branch

218, 1/1, Hospital Rd,
Jaffna.
Tel : 021 4923587

அவன் கட்டும் அளவற்ற அன்பிற்கு உபகாரம்

Express Ladies

الفلاح
AL-FALAAH
ladies
ISLAMIC FINANCIAL SERVICES

“அல் பிபாலும் மகளிர்” சேமிப்புக் கணக்குகளை
வைத்திருப்போக்கான

Express விசேட தன்னுடைய திட்டம்

Express அ.வ. வைத்திருப்போக்குத் தொடர்புத்துறை பிச்சலும் மற்றும்
மூத்து ஆதியான விவரிக்கவிடப்படுத்து வளர்ச்சியான விவரக்குறிவிளை



மகளிருக்களை விசேப்பாக வழங்குமென்கிப்பட்ட “அல் பிபாலும் மகளிர்” இன்ஸாமிய நிதிச் சேவைகள்

- * வசதிக்கேற்ற சேவைகள் * நாடுமின்ஜியுமான் 600 ATM திட்டத்தின்கூடாக சேவை
- * 60 திட்டங்களில் மேற்பட்ட LOFC மினைகள் மற்றும் விசேப்பாக நடத்திவிசெய்யப்பட்ட 5 அல் பிபாலும் மினைகள்

5 880 785 | 0773 865 337 | 0770 780 786

இல. 1001, தீர்மானத்தீர் மலைத்தெட்டி, ராஜ்ஞாபுரம், இலங்கை.

ஸ்ரீ லாங்கா விவரக்குறிவிளை

الفلاح
AL-FALAAH
ISLAMIC FINANCIAL SERVICES