

வலு

ஜூலை - செப்டம்பர் 2016

காலாண்டிதழ்

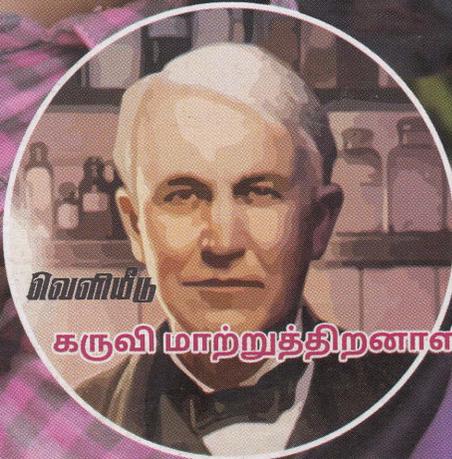
இதழ் - 11

ரூபா
100

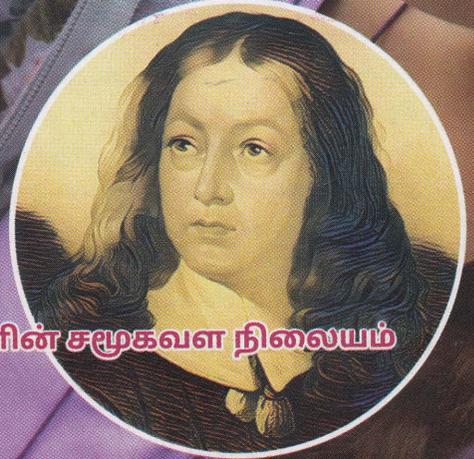
மனவளர்ச்சிக் குறை ஒரு நோயல்ல,
அறிவுவளர்ச்சி தீர்ந்துவிடும் ஒரு திகையாகும்.

தோமஸ் அல்வா எடிசன்

ஜோன் மில்டன்



விவனிமீடு



கருவி மாற்றுத்திறனாளிகளின் சமூகவள நிலையம்

**சர்வதேச மாற்றுத்திறனாளிகள் தினத்தை முன்னிட்டு
கருவி மாற்றுத்திறனாளிகள் சமூகவள நிலையம் நடாத்தும்
கட்டுரை / சிறுகதை / கவிதை / ஓவியப்போட்டிகள் - 2016**

போட்டிகள் பாடசாலை மாணவர்கள் / பொதுமக்கள் என இரு பிரிவுகளின் கீழ்
நடாத்தப்படும்.

ஆக்கங்களை அனுப்பவேண்டிய இறுதி நாள் 10.11.2016

அனுப்பவேண்டிய முகவரி

**கருவி மாற்றுத்திறனாளிகளின் சமூக வள நிலையம்
1166/15, அருளம்பலம் ஒழுங்கை, நல்லூர் வடக்கு, யாழ்ப்பாணம்.**

கட்டுரைப்போட்டி

மாற்றுத்திறனாளிகளின் வாழ்வியலை மையப்படுத்தியதாகவும் அவர்களது சமூக, பொருளாதார, அரசியல் சார்ந்த பங்குபற்றல் நிலையினை அலசுவதாயும் அமைதல் வேண்டும். பாடசாலை மாணவர்கள் எனில் 250 - 300 சொற்கள் கொண்டதாகவும் பொதுமக்கள் எனில் 300 - 350 சொற்கள் கொண்டதாகவும் கட்டுரைகளை அமைத்தல் வேண்டும்.

கவிதை / சிறுகதை / ஓவியப் போட்டிகள்

மாற்றுத்திறனாளிகளின் வாழ்வியல் கோலங்களை சித்தரிப்பனவாய் அமைதல் வேண்டும்.

கவிதைகள் பாடசாலை மாணவர்கள் ஆயின் 15 - 20 வரிகளைக் கொண்டதாகவும் பொதுமக்கள் ஆயின் 25 - 30 வரிகளைக் கொண்டதாகவும் அமைக்கப்படல் வேண்டும்.

சிறுகதைகள் மாணவர்களாயின் 150 - 200 சொற்களைக் கொண்டதாகவும் பொதுமக்களாயின் 250 - 300 சொற்களைக் கொண்டதாகவும் அமைக்கப்படல் வேண்டும்.

ஓவியங்கள் A4 தாளில் வரையப்படல் வேண்டும்.

ஆக்கங்கள் சொந்தப் படைப்புகளாக இருத்தல் வேண்டும். ஏற்கனவே பிரசுரமான அல்லது வெளியான ஆக்கங்கள் ஏற்றுக்கொள்ளப்படமாட்டாது.

ஒவ்வொரு போட்டியிலும் 03 வெற்றியாளர்கள் தெரிவு செய்யப்பட்டு பெறுமதிமிக்க பரிசில்கள் வழங்கப்படும். தரமான ஆக்கங்கள் வலு சஞ்சிகையில் பிரசுரிக்கப்படும். முழுப்பெயர், முகவரி, தொலைபேசி இலக்கம், பிறந்த ஆண்டு, மாதம், திகதி என்பவற்றைத் தெளிவாக எழுதி உங்கள் ஆக்கங்களுடன் இணைத்து அனுப்புதல் வேண்டும். வெற்றியாளர்களுக்கான பரிசில்கள் கருவி மாற்றுத்திறனாளிகளின் சமூகவள நிலையம் நடாத்தும் சர்வதேச மாற்றுத்திறனாளிகள் தின நிகழ்வின்போது வழங்கப்படும்.

**போட்டி தொடர்பான மேலதிக விபரங்களை பின்வரும் தொலைபேசி
இலக்கங்களுடன் தொடர்புகளை மேற்கொண்டு பெற்றுக்கொள்ள முடியும்.**

021 205 2442, 076 638 5563



இதழ் 11

வலு

ISSN : 2513 - 2989

ISBN : 978 - 955 - 23 - 0019 - 3

ஜூலை - செப்டம்பர் 2016

மாற்றுத்திறனாளிகள் தொடர்பான தகவல்களையும் ஆக்கங்களையும்
பொது விடயங்களையும் தாங்கி வெளிவரும் காலாண்டு சஞ்சிகை

விரதம ஆசிரியர்

திரு.க.தர்மசேகரம்

ஆசிரியர் குழு

திரு.நா.கீதாசுக்ரஷ்ணன்

திரு.செ.பிரிந்தாபரன்

திரு.செ.சசிராஜ்

செல்வி.ப.சங்கீர்தா

இதழ்க்குழு ஆலோசகர்

திரு.மு.பாலசுப்பிரமணியம் (M.Phil)

வெளியீடு

கருவி

மாற்றுத்திறனாளிகளின் சமூகவள நிலையம்,

இல. 1166/15, அருளம்பலம் ஓழுங்கை,

நல்லூர் வடக்கு, யாழ்ப்பாணம்.

001 005 0000

Email:

karuvi.org@gmail.com

web: karuvi.org

வொருளடக்கம்

1. குரல்களுக்குப் பதிலென்ன --- 02
2. விழிப்புலன் மாற்றாற்றல்
உடையோரின் வாழ்வில் தகவல்
தொழில் நுட்பத்தின் பங்கு ---- 03
3. வலிகளை உரமாக்கி எழுந்த
உலக விருட்சங்கள் ----- 04
4. எண்ணக்கண்ணம் ----- 06
5. செய்திச் சாரளம் ----- 07
6. தசரசம் ----- 08
7. சிறுகதை ----- 17
8. முற்றத்து மல்லிகை ----- 19
9. வலு தரும் ஜோதிடம் ----- 25
10. மனவளர்ச்சிக் குறை ஒரு
நோயல்ல, அறிவு வளர்ச்சி
நின்றுவிடும் நிலையாகும் ---- 27
11. எழுதுங்கள் வெல்லுங்கள் --- 35
12. வலுவிடம் கேளுங்கள் ----- 36

தொடர்புகளுக்கு:

நா.கீதாசுக்ரஷ்ணன் - 0766385563

karuvivalu@gmail.com

குரல்களுக்கு பதிலென்ன?

வலு 11 ஜூலை - செப்டம்பர்

ஆசிரியர் தலையங்கம்

வலுவழிப்புடன் கூடிய நபர்கள் பல்வேறுபட்ட வாழ்க்கை நெருக்கீடுகளை எதிர் கொண்டு தம்மை நிலை நிறுத்த வேண்டி இருக்கின்றது என்பதனை பொதுவாக எல்லோரும் ஏற்றுக் கொண்டேயாக வேண்டும். சவால்களைச் சந்தித்து வாழ்வில் வெற்றி காணுகின்ற வாய்ப்பு அனைத்தும் வலுவழிப்புடன் கூடிய நபர்கள் மட்டிலும் சாத்தியமானது என்று சொல்லி விட முடியாது.

இலங்கையில் செவிப்புல வலுவழிந்தவர்களைப் பொறுத்த மட்டில் காணப்படுகின்ற சூழமைவு மேற்குறித்த விடயத்தை மெய்ப்பிப்பதாய் உள்ளது. அவர்களுக்கு திறன்கள் இருந்தும் அவற்றை முழுமையாக விருத்தி செய்து கொள்ள முடியாத நிலை காணப்படுகின்றது. அவர்களது கற்றல் செயற்பாடுகள் கூட குறிப்பிட்ட வரையறைக்குள் மட்டுப்படுத்தப்படும் சூழல் காணப்படுவது துரதிஷ்டவசமே. தொடர்பாடல் யுகத்தின் சாளரங்கள் இலங்கையில் இன்னமும் சரியாக திறக்கப்படவில்லையோ? என்ற கேள்வியை இந்த நிலை வெளிப்படுத்தி நிற்கின்றது.

கற்றல் கற்பித்தல் செயற்பாடுகளில் செவிப்புல, வலுவழிந்தோருக்கும் ஏனையோருக்கும் இருக்கின்ற தொடர்பாடல் சார்ந்த பிரச்சினைகள் இவர்களது பின்னடைவிற்கு பெரிதும் காரணமாக அமைவதாக வல்லுனர்கள் குறிப்பிடுகின்றனர். சமூக மட்டத்தில் செவிப்புல வலுவழிந்தவர்களுடன் ஊடாடுகின்ற முறைமை பரவலடைகின்ற போது இந்த விதமான தடைகள் ஓரளவு அகல்வதற்கான வாய்ப்பு இருக்கும்.

வலுவழிந்தவர்களுக்கான உட்படுத்தல் கல்வித்திட்டம் கூட செவிப்புல வலுவழிந்தவர்களின் விருத்திக்கு பாரியளவு பங்களிப்புச் செய்யவில்லை. என்பதனை நாம் ஏற்றுக் கொண்டு தான் ஆக வேண்டும். செவிப்புல வலுவழிந்தவர்களின் குரல்கள் கல்வி, சமூக, அரசியல், கலை, பொருளாதாரம் என்ற சமூகத்தின் அனைத்து தளங்களிலும் கேட்கப்படுகின்ற பொழுதே அவர்கள் சார்ந்த அபிவிருத்தியும் சமூக அபிவிருத்தியும் முழுமை பெறும்.

நன்றி

பிரதம ஆசிரியர்
திரு.க.தர்மசேகரம்

சி.பிரதீபன்

விழிப்புலன் மாற்றாற்றல்
உடையோருக்கு பயன்படும் சில
மென் பொருட்களுக்கான நிறுவல்
முறைகளும் அவற்றை
பயன்படுத்தும் முறைகளும்

விழிப்புலன் மாற்றாற்றல் உடையோரின் வாழ்வில் தகவல் தொழில்நுட்பத்தின் பங்கு

E -speak மென்பொருளை கணினியில் நிறுவும் முறை

முதலில் e-speak என்ற folder இல் enter செய்யுங்கள். அங்கே read me மற்றும் setup ஆகிய இரு கோவைகள் காணப்படும். அதில் setup கோவையில் enter செய்யுங்கள். அப்போது கணினி next button என்ற இடத்தில் நிற்கும். அப்போது enter செய்யுங்கள். மீண்டும் tab key மூலம் next button என்ற இடத்துக்கு வந்து enter செய்யுங்கள். அப்போது கணினி enter voice name என்ற இடத்தில் வந்து நிற்கும். அப்போது நீங்கள் back space key மூலம் அழித்தபின் atl +f2 என type செய்யுங்கள். பின் ஒரு முறை tab key அழுத்தி அந்த இடத்தில் back space key மூலம் அழித்த பின் tamil என type செய்த பின் tab key மூலம் next button என்ற இடத்திற்கு வந்து enter செய்யுங்கள். மீண்டும் tab key மூலம் next button என்ற இடத்திற்கு வந்து enter செய்யுங்கள். அப்போது கணினி Install button ஐ தரும் அதில் மீண்டும் Enter செய்யுங்கள். இப்போது கணினி வீதத்தை சொல்லியபடி install செய்யத் தொடங்கும், install செய்து முடிந்ததும் கணினி e-speak வெற்றிகரமாக நிறுவப்பட்டுள்ளது எனக் கூறும், பின் tab key மூலம் finish button என்ற இடத்திற்கு வந்து Enter செய்யுங்கள்.

இப்போது நாங்கள் எவ்வாறு NHM writer மென்பொருளைப் பயன்படுத்தி தமிழில் தட்டச்சு செய்யப்பட்டு கணினியில் சேமித்து வைத்திருக்கும் ஆவணம் ஒன்றை e-speak மூலம் ஒலிவடிவிற்கு மாற்றி சேமிப்பது என பார்ப்போம்.

முதலில் e-speak இல் enter செய்யுங்கள் tab key மூலம் edit multiline என்ற இடத்திற்கு வந்து நீங்கள் ஒலி வடிவில் மாற்றி சேமிக்க வேண்டிய ஆவணத்தை பிரதி (copy) செய்து இதில் paste செய்யுங்கள். பின் tab key மூலம் voice combo box என்ற இடத்திற்கு வந்து down arrow key மூலம் e-speak tamil என்பதை தெரிவு செய்யுங்கள். பின் shift key + tab key மூலம் save to wav button என்ற இடத்தில் enter அப்போது file name கேட்கும். உங்களுக்கு தேவையான பெயரைக் கொடுத்தபின் tab key மூலம் save button என்ற இடத்தில் enter செய்யுங்கள். சிறிது நேரம் கழிய கணினி கோவை வெற்றிகரமாக மாற்றம் செய்யப்பட்டுள்ளது எனக் கூறும் பின் ok button இல் enter செய்யுங்கள். இப்போது கணினியின் my document பகுதிக்குள் உங்கள் கோவை ஒலி வடிவில் மாற்றம் செய்யப்பட்டு பதிவு செய்யப்பட்டிருக்கும். (தொடரும்)



வலிகளை உரமாக்கி எழுந்த உலக விருட்சங்கள்

நா. கீதாகிருஷ்ணன்,
நயினாதீவு.

சொர்க்கம்



மனித வாழ்வில் எப்போது என்ன நிகழும் என்பது எவருக்கும் தெரியாத ஒன்றாகவே உள்ளது. ஒருவரது வாழ்வில் திடீரென ஏற்படுகின்ற விபத்து அல்லது அனர்த்தம் சிலவேளைகளில் அவரை வலு இழப்புடன் கூடிய நபராக மாற்றி விடுகின்றது. இந்நிலையில் அவரது மனம் சற்றுக் குழம்பித்தான் தெளியும். அந்த வகையில் ஒருவருக்கு ஏற்பட்ட பார்வை இழப்பு அவரது வாழ்க்கையில் எவ்வளவு செல்வாக்கு செலுத்தியுள்ளது. என்பதனை மில்ல்டனுடைய வாழ்க்கை வரலாற்றை படிக்கும் போது அறிந்து கொள்ள முடிகின்றது.

ஜோன் மில்டன் John Milton

இங்கிலாந்தில் உள்ள லண்டன் நகரில் 1608 ஆம் ஆண்டு டிசெம்பர் மாதம் 09 ஆம் திகதி ஜோன் மில்டன் பிறந்தார். நடுத்தரக் குடும்பத்தில் பிறந்த இவர் தனது பள்ளி வாழ்க்கையினை லண்டன் செயின்ட் பால்ஸ் பள்ளியில் ஆரம்பித்தார். பின்னர் 1625 இல் கேம்பிரிச் பல்கலைக்கழகத்தோடு இணைந்த கிறிஸ்தவக் கல்லூரியில் தனது கற்கை நெறியினைத் தொடர்ந்தார். 1632 இல் மேற்படிப்பிற்கான பட்டத்தினை இவர் பெற்றுக்கொண்டார்.

பல்கலைக்கழக படிப்பினை முடித்துக் கொண்ட இவர் தனது மத குருவாகும் எண்ணத்தை கைவிட்டார். இவரது தந்தையார் இவரை ஒரு வழக்கறிஞர் ஆக்கவே விரும்பினார். எனினும் அவ் விருப்பமும் நிறைவேறவில்லை. இந்நிலையில் மில்டன் தன்னை ஓர் சிறந்த எழுத்தாளனாக தயார் படுத்தும் பொருட்டு தந்தையின் ஊரான புக்கிங்ஹாம்ஷெரி (Buckinghamshire) சென்று கடினமான கற்கை நெறி ஒன்றினை கற்று தேர்ச்சியடைந்தார்.

மில்டன் சிறுவயது முதல் புத்தகங்களைப் படிக்கும் பழக்கத்தைக் கொண்டிருந்தார். நள்ளிரவு வரை புத்தகங்களைப் படிப்பது அவரது வழக்கமாகும். மதம், அறிவியல், தத்துவம், வரலாறு, மற்றும் இலக்கியம் என பல துறைச்சார் நூல்களை வாசித்து பல

விடயங்களை அறிந்த ஒருவராக விளங்கினார். அத்தோடு லத்தீன், கிரேக்கம், பிரெஞ்சு, இத்தாலி, யஹிப்ரு, ஸ்பானிஸ், போன்ற பல மொழிப்புலமையும் ஆங்கிலம் மற்றும் டச்சு மொழிகளில் பரிச்சயமும் மிக்க ஒருவராக மில்டன் திகழ்ந்தார்.

உலகின் தலைசிறந்த கவிஞர்களுள் ஒருவராகப் போற்றப்படும் மில்டன் ஆங்கிலக் கவிதை என்றவுடன் நினைவுக்கு வருபவராகத் திகழ்கின்றார். இவரது கவிதை நூல்கள் இல்லாத கல்லூரி மற்றும் பொது நூலகங்கள் இல்லை என்றே சொல்லலாம். அந்த அளவிற்கு கவிதைப் புலத்தில் மில்டன் தனது பெயரினைப் பதிவு செய்துள்ளார். இவர் தனது 21 வயது முதல் கவிதைகள் எழுதத்தொடங்கினார். இவரது கவிதைகள் தமது சிந்தனை உணர்வுகளை சித்திரிப்பது போல் இருப்பதால் படிப்பவர்களை மிகவும் கவர்ந்து விடுகின்றது. சோகக் கவிதைகளை படிக்கும் போது நம்மை அறியாமலே விழிகள் பெருக்கெடுத்து விடுகின்றன. இந்த அளவிற்கு இவரது கவிதைகள் உணர்வு பூர்வமானவை.

இவர் கல்லூரியில் படிக்கும் போது இவருடன் படித்த அரச குடும்பத்தைச் சேர்ந்த "எட்வர்டு கிங்" எனும் மாணவன் நீச்சலில் ஈடுபட்டிருந்த போது நீரில் மூழ்கி மரணமானான். இம் மாணவனின் நினைவாக சக மாணவர்கள் நினைவு மலர் ஒன்றினை வெளியிட்டனர். இம் மலரில் மில்டன் தனது உணர்வுகளைக் கவிதையில் வடித்திருந்தார். இக் கவிதை படித்த பலரையும் கவர்ந்தது. இது இவருக்கு பாராட்டுக்களைப் பெற்றுக் கொடுத்தது.

மில்டனுக்கு 32 வயதாக இருக்கும் போது அவரது கண்பார்வை குறையத்தொடங்கி 1651 இல் முற்றாக பார்வையை இழந்தார் இந்

நிலையில் அவர் கவிதை மீது வைத்திருந்த காதல் தான் அவரது வாழ்க்கையினை ஒளிர்ச்சி செய்தது. கண்பார்வையற்ற நிலையில் தான் இழந்த சொர்க்கம் எனும் கவிதைத் தொகுப்பை வெளியிட்டார். தினமும் தன் மனதில் எற்பட்ட நினைவுகளை கவிதையாக்கி சொல்ல சொல்ல அவரது மகள்மார் எழுதினர். 1667 இல் *paradise lost* (பாரடைஸ் லொஸ்ட்) என்ற வரலாற்றுக் கவிதை நூல் வெளிவந்தது. இந்த நூல் பல நீண்ட கவிதைகள் வெளிவர அடித்தளம் இட்டது எனலாம். இழந்த சொர்க்கம் எனும் இக் கவிதை உலகப் புகழ் பெற்றது. இதனைத் தொடர்ந்து மீண்ட சொர்க்கம் எனும் கவிதைப் படைப்பினையும் இவர் வெளியிட்டார்.

மில்டன் சேக்ஸ்பியரின் "on the morning of Christ's nakihitg" மற்றும் L Allegro என்பவற்றுக்கு இசை அமைத்தார். மேலும் மில்டன் சமூக அரசியல் மாற்றங்களை எற்படுத்தும் பொருட்டு பல ஆக்கங்களை வெளியிட்டுள்ளமையும் குறிப்பிடத்தக்கது.

மில்டன் அரசியலிலும் பல மாற்றங்களை எற்படுத்த விரும்பினார். முடியாட்சியில் மன்னன் மக்கள் மீது வரிகளை சுமத்தியமையினை எதிர்த்து தனது எழுத்துக்களைப் பயன்படுத்தினார். 1649 இல் முதலாம் சார்ல்ஸ் மன்னனை புரட்சிக்காரர்கள் வென்று முடியாட்சியினை ஒழித்து குடியாட்சியினை எற்படுத்தினர். பின் குரொம் வெல் தலமையில் அமைக்கப்பட்ட அமைச்சரவையில் அயல் நாட்டு மொழிகள் சம்பந்தப்பட்ட துறையில் செயலாளராக மில்டன் பணியாற்றினார். எனினும் இவரது குடியாட்சி முறை மில்டனுக்கு திருப்தி அளிக்காமையினாலும் மீண்டும் முடியாட்சி வந்தமையினாலும் மில்டன் அரசியலில் இருந்து ஒதுங்கிக்கொண்டார்.

மத நெறிகளைப் பின்பற்றுபவராகவும் சமாதானத்தைக் கோருபவராகவும் திகழ்ந்த மில்டன் சமூகத்திலும் மாற்றங்களை ஏற்படுத்த விரும்பினார். விவாகரத்து தொடர்பான நீதி முறை, அனுமதிக்கப்பட்ட ராஜ் கொலை என்பவற்றை நீதி நெறிப்படுத்தும் பொருட்டு வாதங்களை மேற்கொண்டதுடன் பிரசுரங்களினையும் வெளியிட்டார். அத்துடன் பத்திரிகை சுதந்திரத்திற்காகவும் போராடினார். ஆங்கில உள்நாட்டு யுத்தத்தின் போது நாட்டில் தீவிர மாற்றத்தை ஏற்படுத்தப் பாடுபட்டார்.

1638 மே மாதம் பிரான்ஸ் மற்றும் இத்தாலி நாடுகளுக்கு மில்டன் உல்லாசப் பயணத்தை மேற்கொண்டார். இவ் வேளை பல புத்திஜிவி களை இவர் சந்தித்தார். விண்வெளி வல்லுனரான கலிலியோவினை சந்திக்கும் வாய்ப்பையும் பெற்றார். இப் பயணத்தின் மூலம் பலரது ஆதரவை மில்டன் பெற்றுக்கொண்டார்.

மில்டன் 1642 ஆம் ஆண்டு மெரிபவல் (Mary Powell) எனும் பதினாறு வயதுப் பெண்ணை திருமணம் செய்தார். இவர்களுக்கு மூன்று பெண் குழந்தைகளும் ஒரு ஆண் குழந்தையும் பிறந்தன. 1652 இல் மெரிபவல் என்பவரது மறைவினைத் தொடர்ந்து 1656 இல் கதிரின் வூட்கொக் (Katherine Woodcock) என்பவரை மறுமணம் செய்து கொண்டார். இவர் 1658 இல் மரணம் அடைந்தமையினால் 1662 இல் எலிசபத் மில்லுல் (Elizabeth Mynshull) என்பவரை மறுமணம் செய்து கொண்டார்.

உலகப் புகழ் பெற்ற கவிஞராகவும் பலரால் அறியப்பட்ட ஒருவராகவும் விளங்கிய ஜோன் மில்டன் 1674 நவம்பர் 08 இல் இவ் உலகை விட்டு மறைந்தார். அவர் மறைந்தாலும் இன்னும் அவர் கவிதைகள் உயிர்

வாழ்ந்து கொண்டு தான் இருக்கின்றன.

மில்டன் பார்வையை இழந்த போது வாழ்க்கை இருண்டு விட்டதாக உணர்ந்ததனால் அவரது எண்ணத்தில் இருந்து உதிர்ந்த வார்த்தைகள் இருண்ட சொர்க்கம் என்னும் கவிதையாய் உதிர்ந்தது. ஆனால் பார்வை இழந்த நிலையிலும் சாதிக்கலாம், சந்தேஷமாய் வாழலாம் என்பதனை அவர் பின்பு உணர்ந்து கொண்டதனால் மீண்ட சொர்க்கம் எனும் கவிதை அவர் உள்ளத்தில் உதித்தது.

சொர்க்கம் என்பது வேற்று கிரகத்திலோ வேறு ஒருவர் இடத்திலோ இருப்பதல்ல அது நமக்குள்ளே உள்ளது. எமக்கான சொர்க்கத்தை நாம் தான் உருவாக்க வேண்டும். சொர்க்கத்தின் வாசற்படி எண்ணக் கனவுகள்தான் எனவே எமது எண்ணங்களை நல்ல படியாக அமைத்து தன் நம்பிக்கையோடு முயன்று சொர்க்கத்தை அடைவோமாக.

எண்ணக் கிண்ணம்

தெருவில் கிடைக்கும்

காகிகதமாக யாரையும்

நினைக்காதே!

நாளை அது

பட்டமாகப் பறந்தால்

நீ கூட சற்று நிமிர்ந்து பார்ப்பாய்

- வைரமுத்து



கருவியின் ஆண்டு விழா

கருவி மாற்றுத் திறனாளிகளின் சமூக வள நிலையத்தின் ஆண்டு விழாவும், அங்கத்தவர் ஒன்று கூடல் நிகழ்வும் வலு சஞ்சிகையின் பத்தாவது இதழ் வெளியீடும் கடந்த 12.06.2016 ஞாயிற்றுக்கிழமை குருநகர் கலாச்சார மண்டபத்தில் இடம்பெற்றது.

கருவியின் செயலாளர் திரு.து.யசிந்தன் தலமையில் இடம்பெற்ற இந்நிகழ்வில் பிரதம விருந்தினராக யாழ் மாநகர சபை ஆணையாளர் திரு P.வாகீசன் அவர்களும் சிறப்பு விருந்தினர்களாக யாழ்ப்பாண சமூக சேவைத் திணைக்கள மாவட்ட உத்தியோகத்தர் திரு வை செல்வம் அவர்களும் கிளிநொச்சி வலயக் கல்வி அலுவலக உதவிக்கல்வி பணிப்பாளர் திரு S.திருக்குமரன் அவர்களும் கலந்து சிறப்பித்து இருந்தனர். மேலும் இந் நிகழ்வுக்கான ஆசி உரையினை குருநகர் புனித யாகப்பர் ஆலய பங்குத் தந்தை ஜோன் மெளலீஸ் அவர்கள் வழங்கியிருந்தார்

இந்நிகழ்வின் போது அங்கத்தவர்களுக்கான வாழ்வாதார உதவிகள் மற்றும் அங்கத்தவர்களின் பிள்ளைகளுக்கான மாதாந்த கல்வி நிதி வழங்கல் என்பனவும் இடம் பெற்றன இந் நிகழ்வில் வலு சஞ்சிகையின் 10 வது இதழ்

வெளியீட்டு வைக்கப்பட்டது வெளியீட்டு உரையினை உதவிக் கல்வி பணிப்பாளர் திரு S.திருக்குமரன் அவர்கள் வழங்கி இருந்தார்

இந் நிகழ்வில் அங்கத்தவர்கள், பொதுமக்கள் என பலரும் கலந்துகொண்டனர் இந்நிகழ்வில் இராக ஸ்சுருதி இசைக்குழுவினரின் கோடைமழை எனும் இசைக்கானங்களும் இடம் பெற்றன.

கராத்தே போட்டியில் 12 பதக்கங்களைப் பெற்றது கைதடி நவீல்ட்

வடமாகாணப் பாடசாலைகளுக்கு இடையே நடாத்தப்பட்ட கராத்தேப் போட்டியில் கைதடி நவீல்ட் பாடசாலை மாணவர்கள் 5 தங்கம் 5 வெள்ளி 2 வெண்கலம் என 12 பதக்கங்களைப் பெற்று சாதனை படைத்துள்ளனர்.

நவீல்ட் பாடசாலையில் செவிப்புல பேச்சுத்திறன் குன்றியோர் பார்வைக்குறைபாடு உடையோர் கல்வி கற்று வருகின்றனர். இப்பாடசாலை மாணவர்கள் கடந்த யூன் 06,07 ஆம் திகதிகளில் யாழ் இந்து மகளிர் கல்லூரியில் இடம் பெற்ற வடமாகாண பாடசாலைகளுக்கு இடையே ஆன காராத்தே போட்டியில் 12 பதக்கங்களைப் பெற்று சாதனை படைத்துள்ளமை பாராட்டுக் குரியது.

தகராசம்



இலக்கியம், இலங்கை, உலகம், விண்வளி,
விளையாட்டு மருத்துவம், தாவரம், விலங்கு,
பிரபலம், அதிசயம்

தொகுப்பு: நா.கீதாகிருஷ்ணன்

இலக்கியம்

உலக நீதி - ஓளவையார்

நெஞ்சாரப் பொய்தன்னைச் சொல்ல வேண்டாம்
நிலையில்லாக் காரியத்தை நிறுத்த வேண்டாம்
நஞ்சுடனே ஒரு நாளும் பழக வேண்டாம்
நல்இணக்கம் இல்லாரோடு இணங்க வேண்டாம்
அஞ்சாமல் தனிவழியே போக வேண்டாம்
அடுத்தவரை ஒருநாளும் கெடுக்க வேண்டாம்
மஞ்சாரும் குறவருடைய வள்ளிபங்கள்
மயிலேறும் பெருமாளை வாழ்த்தாய் நெஞ்சே.

மனம் தெரிந்தும் வீணாகப் பொய் கூறக் கூடாது. நிலையற்றது எனத் தெரிந்தும் அதை நிலை நிறுத்த முயலக் கூடாது. நஞ்சுடைய பாம்புடன் ஒரு போதும் பழகக் கூடாது. நற்பண்பு இல்லாதவரோடு தொடர்பு கொள்ளக் கூடாது. அச்சமின்றி தன்னந்தனியான வழிப் பயணம் போகக் கூடாது. தன்னிடம் வந்தவரை ஒருபோதும் கெடுக்கக்கூடாது. மலை நாட்டின் ரின் மகளாகிய வள்ளி நாயகியின் மணாளன் மயில் வாகனப் பெருமாளை வாழ்த்துவாய் மனமே!

ஜேர்மனி(Germany)

பரப்பளவு: 357050கி.மி
மக்கள் தொகை: 82438000 (2005 மதிப்பீடு)
நாணயம்: யூரோ (EUR)
கண்டம்: ஐரோப்பா

ஜேர்மனி கிழக்கு ஜேர்மனி, மேற்கு ஜேர்மனி என 1949 ஆம் ஆண்டு முதல் 1990 ஒக்டோபர் 3 வரை பிரிந்திருந்தது. 1961 ல் கட்டப்பட்ட எல்லைச் சுவரான பெர்லின் சுவர் 1989 ல் இடிக்கப்பட்டு ஜேர்மனி ஒரு நாடாக்கப்பட்டது.

தலைநகரம்: பெர்லின்
மாநிலங்கள்: 16

ஜேர்மனி ஒரு கூட்டாட்சி நாடாளுமன்ற குடியரசு நாடாகும்.

மொழி: ஜேர்மனியில் அதிகம் பேசப்படும் மொழி ஜேர்மன் மொழி ஆகும். இதுவே தேசிய மொழியும் ஆகும்.

ஜேர்மனி 10ம் நூற்றாண்டு ஆரம்பத்தில் உரோமப் பேரரசின் மையமாக திகழ்ந்தது. 16 ம்

நூற்றாண்டில் வடக்கு ஜேர்மனியப் பகுதிகள் புரட்டஸ்தாந்து சீர்திருத்தத்தின் மத்திய நிலையமாக விளங்கியது. எனினும் தெற்கு மற்றும் மேற்கு பகுதிகள் உரோமன் கத்தோலிக்க பகுதிகளாகவே இருந்தன. இதன் காரணமாக 30 ஆண்டு போர் ஏற்பட்டது. இது கத்தோலிக்க புரட்டஸ்தாந்து பிரிவினையின் ஆரம்பமாக அமைந்தது அன்று முதல் இன்றுவரை ஜேர்மனிய சமுதாயத்தின் பண்பை தீர்மானிப்பதாக இது அமைந்துள்ளது.

நெப்போலிய போர்களின் போது ஜேர்மனிய பகுதிகளில் நாட்டுப் பற்று எழுச்சி பெற்றது. இது 1871 இல் புருசியாவை தலமையாகக் கொண்டு ஜேர்மனியின் பெரும் பாலான பகுதிகள் ஜேர்மன் பேரரசாக எழுச்சி பெற வழிவகுத்தது.

1918,1919 காலப்பகுதியில் ஏற்பட்ட ஜேர்மனியப் புரட்சி மற்றும் முதல் உலகப் போரின் சரணடைவு என்பனவற்றைத் தொடர்ந்து 1918 ல் பாராளுமன்ற வைமார் குடியரசு ஏற்படுத்தப்பட்டது.

1933 ல் மூன்றாவது முடியாட்சி பிரகடனப்படுத்தப்பட்டது. இதன் பின்பு நாட்டில் நாசீஸ கொள்கைகள் பரவியமையால் இதனால் 2 ம் உலகப் போர் மூண்டது. 1945 இன் பின்னர் ஜேர்மனி தேச நாடுகளால் இரண்டாகப் பிரிக்கப்பட்டது. இவ்வாறு பிரிக்கப்பட்ட கிழக்கு, மேற்கு ஜேர்மனிகள் 1990 ல் மீண்டும் ஒன்றிணைக்கப்பட்டது.

ஜேர்மனி ஐக்கிய நாடுகள் சபை நேட்டோ G8 G20 பொருளாதார ஒத்துழைப்புக்கும் அபிவிருத்திக்குமான அமைப்பு ஜரோப்பிய சம்மேளனம் ஆகியவற்றில் அங்கத்துவம் வகிக்கின்றது.

வெள்ளி சூரியக் குடும்பத்தில் உள்ள கோள்களில் ஒன்றாகும். இது சூரியனில் இருந்து 2 வதாக அமைந்துள்ளது. இரவு வானத்தில் நிலவுக்கு அடுத்தபடியாக ஒளிமிக்குந்த கோளாக வெள்ளி விளங்குகின்றது. சூரிய குடும்பத்தில் மிகவும் வெப்பமான வளிமண்டலத்தைக் கொண்ட வெள்ளியின் சூழல் உயிரினங்கள் வாழ முடியாத தன்மையை கொண்டுள்ளது.

வெள்ளி சூரியனைச் சுற்றிவர 224.7 புவி நாட்கள் எடுக்கின்றது. இதற்கு இயற்கையான துணைக்கோள் எதுவுமில்லை வெள்ளிக்கோள் புவியிலிருந்து சூரியனை நோக்கிய உட்புறக் கோளாக இருப்பதனால் எப்போதுமே சூரியனுக்கு அருகாமையில் இருப்பதாகத் தோன்றுகின்றது.

வெள்ளிக்கோள் ஒரு திண்மக்கோளாகும். இது புவியை ஒத்த அளவு ஈர்ப்புவிசை உள்ளடக்கத்தினைக் கொண்டுள்ளது. மிக அடர்த்தியான வளிமண்டலத்தைக் கொண்ட கோளான வெள்ளியின் வளிமண்டலம். 96% க்கும் கூடிய காபனீர் ஓட்சையிட்டைக் கொண்டுள்ளது. கோளின் தரைப்பரப்பில் வளிமண்டல அழகம் புவியை விட 92 மடங்காக உள்ளது. வெள்ளியின் தரைமட்ட வெப்பநிலை 462°C ஆகவுள்ளது. வெள்ளியில் காந்தப் புலன்கள் இல்லை.

வெள்ளியின் மேற்பரப்பில் 80 சதவீதம் சமவெளியாக உள்ளது. இதில் 10 சதவீதம் மென்மையான லோபடே சமவெளியாகவும் 70 சதவீதம் மென்மையான எரிமலை சமவெளியாகவும் உள்ளது. இதில் வட துருவத்தில் ஒரு கண்டமும் நிலநடுக் கோட்டிற்கு சற்று தெற்கில் ஒரு கண்டமும் அமையப்

பெற்றுள்ளது.

1967 ல் செலுத்தப்பட்ட வெனரா 4 என்ற விண்கலம் வெள்ளியில் உள்ள காந்தப் புலன் புவியினுடையதை விட மிகவும் வலிவற்றதாக இருப்பதைக் கண்டறிந்தது.

சுற்றுப் பாதை சார்ந்த இயல்புகள்

- * சூரியனில் இருந்து சராசரி தூரம் 0.72333199 Au
- * சராசரி ஆரை 108,208,930 km
- * வட்டவிலகல்: 0.00677323
- * சுற்றுக் காலம்: 224.701 நாட்கள்
- * அச்சின் சாய்வு: 3.39471
- * இயற்கைத் துணைக்கோள்: 0

பௌதிக இயல்புகள்

- * மையக்கோட்டுவிட்டம்: 12,103.6 km
- * மேற்பரப்பு: 4.60 x 108 km
- * திணிவு: 4.869 x 1024 kg
- * சராசரி அடர்த்தி: 5.24 k/cm³
- * மேற்பரப்பு ஈர்ப்பு: 8.87 m/s²
- * சுழற்சிக் காலம் .243.0187 நாட்கள்
- * அச்சச்சரிவு: 2.64

ஒட்டகம்

ஒட்டகம் பாலைவனங்களில் வாழும் தாவர உண்ணி வகையைச் சேர்ந்த பாலூட்டி விலங்காகும். ஒட்டகப் பேரினத்தில் ஆறு சிற்றினங்கள் உள்ளன. இவை ஆசியா வடக்கு ஆபிரிக்கா போன்ற இடங்களில் காணப்படும் பாலை நிலங்களைத் தாயகமாகக் கொண்டவை. ஒட்டகத்தின் ஆயுட்காலம் 40-50 ஆண்டுகள் ஒட்டகங்கள் 4-5 நாட்கள் வரை நீர் அருந்தாமல் பாலைவனப் பகுதிகளில் வாழக்கூடிய தன்மை கொண்டவை. இவை புல் போன்ற உணவுகளை மேய்ந்தால் 10 மாதங்கள் வரையிலும் நீர் அருந்தாமல் இருக்கக்கூடியவை. ஒட்டகம் நீர் அருந்தாமல் இருந்து மீண்டும் நீர் அருந்தும் போது 100 லீற்றர் வரையிலான நீரை அருந்தவல்லது. இவ்வாறு நீர் அருந்தியவுடன் 5 தொடக்கம் 10 நிமிடங்களில் உடலில் நீர்ப்பதம் ஏறிவிடுகின்றது.

ஒட்டகத்தின் உடலின் வெப்பநிலை 34° C முதல் 41° C வரை மாறவல்லது. ஒட்டகங்களின் உடல் வியர்வையைப் பொதுவாக வெளியிடுவதில்லை இதனால் உடலில் இருந்து நீர் வெளியாகின்ற தன்மை குறைகிறது. உடல் பில் நீர் குறைவடைகின்ற பொழுது தன்னுடைய சிறுநீரையும் பெருமளவு குறைத்துக் கொள்ளும் இயல்பு கொண்டது. ஒட்டகத்தின் மயிர் தோல் என்பன வெப்பத்தைத் தடுக்கக் கூடியவை குளிர்க்கும் வெய்யிலுக்கும் எற்ப ஒட்டகங்கள் தன் உடலின் வெப்பநிலையை மாற்றிக்கொள்கின்றன. குளிர் காலத்தில் 37° C வரை குறைத்தும் வெப்பகாலத்தில் 41° C வரை கூட்டியும் கொள்ளும் தன்மை கொண்டவை. ஒரு நாளைக்கு 50 கி.மி தூரம் நடக்கவல்லதுடன் மணிக்கு 65கி.மி வரையிலான வேகத்தில் ஓடவும் வல்லது.

நன்கு வளர்ந்த ஒட்டகம் 7 அடி உயரமும் 400 முதல் 600 kg எடையும் கொண்டதாக இருக்கும் இதன் திமில் 75 cm உயரம் கொண்டதாக இருக்கும்.

பாலைவன நாடோடி பழங்குடியினரின் பிரதான உணவுகளில் ஒன்றாக ஒட்டகப்பால் விளங்குகிறது. இவர்கள் ஒட்டகப் பால் மட்டும் குடித்து ஒரு மாதம் வரை வாழக் கூடியவர்கள்.

ஒட்டக இறைச்சி சோமாலியா, சவுதி அரேபியா, எகிப்து, சிரியா, லிபியா, சூடான், எதியோப்பியா, கசகஸ்தான் போன்ற நாடுகளில் வாழும் மக்களால் உணவாக உட்கொள்ளப்படுகிறது.

புளி

எந்த மண்ணிலும் வீரியங் கொண்டு நிமிர்ந்த எழுந்து வளரும்

மரங்களுள் புளியும் ஒன்று. வெள்ளம், வறட்சி, சுழல்காற்று, சூறாவளி போன்ற இயற்கை அனர்த்தங்களை தாங்கி வளரக் கூடியது. புளியின் பூர்வீகம் கிழக்கு அபிரிக்கா மற்றும் மேற்கு ஆசியா என கூறப்படுகிறது. ஆசியா மற்றும் ஆபிரிக்காவில் கடற்கரையை அண்டிய மணற் பிரதேசங்களில் அதிக அளவில் புளிய மரங்கள் காணப்படுகின்றன.

இலங்கையின் எதிர்க்கட்சி தலைவர்கள் பிரதிநிதிகள் சபை (1947-1972)

பெயர்	கட்சி	பதவிக்காலம்
கலாநிதி எம். என். பெரேரா	லங்கா சமசமாஜக் கட்சி	1947 Oct 14 - 1952 April 8
S W R D பண்டாரநாயகா	ஸ்ரீ லங்கா சுதந்திரக் கட்சி	1952 Jun 09 - 1956 Feb 18
கலாநிதி எம். என். பெரேரா	லங்கா சமசமாஜக் கட்சி	1956 Apr 19 - 1959 Dec 05
C P D சில்வா	ஸ்ரீ லங்கா சுதந்திரக் கட்சி	1960 Mar 30 - 1960 Apr 23
டட்லி சேனாநாயக்கா	ஐக்கிய தேசியக் கட்சி	1960 Aug 05 - 1964 Dec 17
ஸ்ரீ மாவோ பண்டார நாயக்க	ஸ்ரீ லங்கா சுதந்திரக் கட்சி	1965 Apr 05 - 1970 Mar 25
J.R. ஜெயவர்த்தன	ஐக்கிய தேசியக் கட்சி	1970 Jun 07 - 1972 May 22
	தேசிய அரசுப் பேரவை	(1972 - 1978)
J.R. ஜெயவர்த்தன	ஐக்கிய தேசியக் கட்சி	1972 May 22 - 1977 May 18
ஏ. அமிர்தலிங்கம்	தமிழர் விடுதலைக் கூட்டணி	1977 Aug 04 - 1978 Sep 07
	பாராளுமன்றம் 1978 முதல் தற்போது வரை	
ஏ. அமிர்தலிங்கம்	தமிழர் விடுதலைக் கூட்டணி	1978 Sep 07 - 1983 Oct 24
அனுரா பண்டார நாயக்க	ஸ்ரீ லங்கா சுதந்திரக் கட்சி	1983 Nov 08 - 1988 Dec 20
ஸ்ரீ மாவோ பண்டார நாயக்க	ஸ்ரீ லங்கா சுதந்திரக் கட்சி	1989 Mar 09 - 1994 Jun 24
காமினி திலாநாயக்க	ஸ்ரீ ஐக்கிய தேசியக் கட்சி	1994 Aug 25 - 1994 Oct 24
ரணில் விக்கிரம சிங்க	ஸ்ரீ ஐக்கிய தேசியக் கட்சி	1994 Oct 28 - 2001 Oct 10
ரட்ணசிரி விக்கிரம நாயக்க	ஸ்ரீ லங்கா சுதந்திரக் கட்சி	2001 Dec 18 - 2002 Jan 31
மகிந்த ராஜபக்ஷ	ஸ்ரீ லங்கா சுதந்திரக் கட்சி	2002 Feb 06 - 2004 Feb 07
ரணில் விக்கிரம சிங்க	ஐக்கிய தேசியக் கட்சி	2004 Apr 22 - 2015 Jan 9
நிமால் சிறிபால டீ சில்வா	ஸ்ரீ லங்கா சுதந்திரக் கட்சி	2015 Jan 16 - 2015 Jun 26
இரா சம்பந்தன்	தமிழ்த் தேசியக் கூட்டமைப்பு	2015 Sep 03-

இலங்கையில் 2/3பகுதி வரண்ட வலயமாகும். இதனால் இங்கு இம்மரம் சிறப்பாக வளரக் கூடியது. எனினும் மலை நாட்டிலும் புளிய மரங்கள் உள்ளன.

புளிய மரத்தினை தாவரவியலாளர்கள் ராமரிண்டசு இன் டிக்கா (Tamarindus Indica) என இருசொற் பெயரிட்டு அழைப்பர். இம் மரம் சிசல்பீனியேசியே (Caesalpiniaceae) எனும் தாவரக் குடும்பத்தின் உறுப்பினர் ஆகும்

இதன் இலைகள் 3.5 -1.5 cm நீளமானவை, சிற்றிலைகள் 10 -20 எதிரெதிராக இருக்கும். சிற்றிலைகள் 1.2 -1.8 cm நீளமானவை. பூந்துணர்கள் மேல் நோக்கி வளரும். ஒரு புந்துணரின் மெல்லிய மஞ்சள் நிறப்பூக்கள் 10-15 காணப்படும். பூந்துணர்காம்பு 8-10 cm நீளமுடையது. காய்கள் 7.5 cm -20 cm நீளமுடையவை. இதன் அகலம் 2 cm - 2.5 cm ஆக காணப்படும்.

பழத்தில் ராராறிச் அமிலம், அசெற்றிக் அமிலம், சிற்றிக் அமிலம், போரிக் அமிலம், மலிக் அமிலம், சக்சீனிக் அமிலம் என்பனவும் அலனின், லியூசிக், பீனைனலின், புரோலின் மற்றும் செனரன் ஆகிய அமினோ அமிலங்களும் காணப்படும். மேலும் வெல்லம் 25-30% மும், புரதம் 87% (1 kg) மும் பெக்ரின் என்பனவும் புளியம் பழத்தில் உள்ளது

புளியம் இலைகளில் லுபனோன் மற்றும் லுபியோல் ஆகிய இரு றைற்றபின்கள் (triterpenes) காணப்படுகின்றன. இது சுனாமியின் போது கடல் நீர் உள்வாங்கிய பகுதிகளில் காணப்பட்ட விளை நிலங்களின் உவர்தன்மையைப் போக்க பயன்படுத்தப்பட்டது.

புளிய மரம் பறவைகள் மற்றும் விலங்குகளுக்கு சிறிய சரணாலயமாகக் காணப்படுகின்றது. புளிய மர இலைகளில் இருந்து

பெறப்படும் வடிகட்டிய இலைச்சாறு பக்ற்றீரியா எதிர்புடையது. மேலும் விதைகளில் இருந்து பெறப்படும் புரோட்டினேசு எனும் நொதியத்தை பாம்புக் கடிக்கான சிகிச்சைக்கும் நிரிழிவு நோயைக் குணப்படுத்தவும் இரத்தத்தினை சுத்தப்படுத்தி கொலஸ்ரோலைக் கட்டுப்படுத்தவும் பயன்படுத்துகின்றனர்.

எனவே பல் பயன் தரவல்ல புளியினை நாமும் நாட்டிப் பயன் பெறுவோம்.

குளுக்கோமா

வே.துஷ்யந்தன்

தாதிய பயிற்சிக் கல்லூரி

யாழ்ப்பாணம்

1. குளுக்கோமா என்றால் என்ன?

இது ஒர் தொற்று வியாதி அல்ல உள் கண்களின் பார்வை நரம்பின் தலைப்பகுதியில் உண்டாகும் வியாதி.

2. குளுக்கோமா எப்படி உண்டாகிறது?

கண்களில் உள்ள வடிகால் பாதையில் அடைப்பு ஏற்படுவதனால் திரவம் கண்ணில் சேர்ந்து கொள்கிறது. திரவம் சேர் சேர் கண்ணின் உட்பாகத்தில் அழுத்தம் உருவாகிறது. இவ் அழுத்தம் தொடர்ந்தால் மிக மென்மையான பார்வை நரம்பின் தலைப்பகுதி பாதிப்படையும். இப் பரிப்பால் குளுக்கோமா உண்டாகும்.

3. எவ்வாறு இதை இனம் காண்பது?

கண் மருத்துவரிடம் கண் பரிசோதனை செய்யும் பொழுது கண்டுபிடிக்க முடியும். இல்

லாவிடின் நோயாளிக்கு குறிப்பிட்டளவு சேதத்தை ஏற்படுத்திய பின்னரே சாதாரணமாகவே கண்டுபிடிக்க முடியும். இச் சேதம் பார்வை மங்குவதில் தொடங்கி பார்வை இழப்பதில் முடியும்.

4. ஆபத்து யாருக்கு?

எல்லா வயதினருக்கும் ஏற்படும் சாத்தியம் இருந்தாலும் வயதானவர்களுக்கு ஏற்படும் சாத்தியம் அதிகம்.

- * 50 வயதுக்கு மேற்பட்டவர்கள்
- * பரம்பரையாக குடும்பத்தில் குளுக்கோமா உள்ளவர்கள்.
- * கண்களில் அடிபட்டவர்கள்
- * சக்கரைவியாதி உள்ளவர்கள்

5. சிகிச்சை முறைகள் எவை?

- * வைத்திய ஆலோசனைப்படி மருந்துகளை பயன்படுத்தல்
- * அறுவைச் சிகிச்சை

6. லேசர் அறுவைச் சிகிச்சையின் நன்மை தீமைகள்?

நன்மைகள்

- * விரைவானது செளகரியமானது
- * கண் மருத்துவரின் சிகிச்சை நிலையம் அல்லது மருத்துவ மனையில் செய்யலாம்
- * கண்களில் புண்கள் உண்டாவது மற்றும் பொதுவான சிகிச்சைகளின் அபாயம் குறைவு
- * விசேசமாக இதற்கு ஓய்வெடுக்க தேவையில்லை

தீமைகள்

- * எல்லா வகை குளுக்கோமாவிற்கும் உபயோகிக்க முடியாது
- * பலன்கள் உடனடியாக தெரியாது
- * அறுவைச் சிகிச்சைக்குப்பின் மருந்துகள் சாதாரணமாக தேவைப்படும்
- * நாளான பின் ஏற்படும்விளைவுகள் தெளிவாகத் தெரியாது

7. மைக்ரோ அறுவைச் சிகிச்சையின் நன்மை தீமைகள்

நன்மைகள்

- * பெரும்பாலான வகைகளிற்கு உபயோகமாகும்
- * சிகிச்சையின் முடிவு உடனே தெரியும்
- * அறுவைச் சிகிச்சைக்கு பின் மருந்துகளின் தேவை சாதாரணமாக இருக்காது
- * பொதுவாக வெற்றிகரமானது நீண்ட நாள் நிலைப்பது.

தீமைகள்

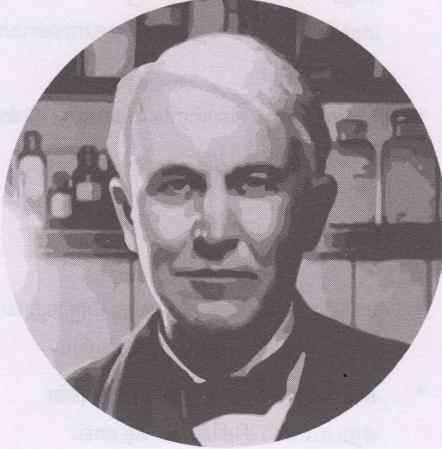
- * மருத்துவமனை அல்லது மருத்துவ மையத்தில் செய்ய வேண்டும்
- * கண்களில் இரத்தக்கசிவு புண் ஏற்பட்டால் சிகிச்சை தேவை
- * ஓய்வெடுப்பது அவசியம்
- * சில காலத்திற்குப் பின் பலனின்றிப் போகலாம்.

8. குழுக்கோமா நோயுள்ளவர்களுக்கான முக்கியமான அறிவுரைகள்

- * மருந்துகளை தவறாமல் தினசரி உபயோகித்தல்
- * உபயோகிக்கும் மருந்துகள் பற்றித் தெரிந்து கொள்ளல்
- * ஏனைய மருத்துவ ஆலோசனை பெறும் பொழுது குளுக்கோமா பற்றியும் உபயோகிக்கும் மருந்துகள் பற்றியும் அவ் ஆலோசனை பெறும் வைத்தியரிடம் சொல்லுதல்
- * வழக்கமான பரிசோதனைகளை சரியான நேரத்தில் செய்து கொள்ள திட்டமிடுதல்
- * உங்கள் தேகத்தின் மற்றப் பாகங்களையும் கவனித்துக் கொள்ளுதல்.

தொமஸ் அல்வா எடிசன்

(Thomas alva adison)



தொமஸ் அல்வா எடிசன் (Thomas alva adison) அமெரிக்காவின் ஓ ஹியோவில் உள்ள மிலன் எனும் ஊரில் 1847 ஆம் ஆண்டு பெப்ரவரி மாதம் 11 ம் திகதி சாமுவேல் ஓக் டென் எடிசன், நேன்சி மேத்தீவ்ஸ் தம்பதியினருக்கு மகனாகப் பிறந்தார் இவருக்கு ஆறு சகோதரர்கள் இவர்தான் கடைசிப்பிள்ளை

இவரது தந்தை சாதாரண மர வியாபாரியாகவும், பின்னர் மிஸ்சிகன் போர்ட் ஹூரனில் கலங்கரை விளக்கக்காப்பாளராகவும், பின் கிராடியட் கோட்டை ராணுவத்தளத்தில் தச்சராகவும் பணியாற்றினார். இவரது தாயார் ஒரு ஆசிரியை

தொமஸ்ஸிற்கு சிறுவயதிலேயே காது கேட்கும் திறன் பாதித்திருந்தது. இக் குறைபாடானது அவரது பிற்கால நடை உடை பழக்கங்களினை பாதித்திருந்தது. எனினும் அநேக புதிய கண்டுபிடிப்புக்களுக்கும் இது காரணமாய் அமைந்தது.

தொமஸ்ஸிற்கு சிறுவயதில் ஸ்கார்லட் காய்சல் எற்பட்டது. இதனால் இவர் எட்டு வயதில் தான் போர் ஹீரின் பள்ளியில் சேர்க்கப்பட்டார். அங்கு ஒரு நாள் இவரை ஆசிரியர் "மூளைக்கோளாறு" உள்ளவன் எனத் திட்டியதால் தொடர்ந்து பள்ளி செல்ல மறுத்து விட்டார். எனினும் இவரது தாயார் ஒரு பள்ளி ஆசிரியை என்பதால் வீட்டில் வைத்து தாமே அவருக்கு பாடம் சொல்லிக் கொடுத்தார். இவரது தந்தையார் படித்தல், எழுதுதல் மற்றும் எண் கணிதம் என்பவற்றோடு பைபினையும் பழங்கதைகளையும் படிக்க ஊக்கப்படுத்தினார். தாமஸ் 11 வயதாக இருக்கும் போது நூலகம் சென்று தனக்கு வேண்டிய நூல்களைத் தேர்ந்து எடுத்துக் கற்கும் திறனைப் பெற்றார்.

தாமஸ் ரிச்சர்டு பார்க்கர்(Richard parker) எழுதிய இயற்கை சோதனைத் தத்துவம் (natural 8c experimental philosophy) தாமஸ்பைன் எழுதிய ஆக்க நூல்கள், ஐசாக் நியூட்டனது கோட்பாடு போன்ற நூல்களோடு மைக்கல் பரடேயின் செய்தித்தாளில் இருந்த "மின் சத்தியின் பயிற்சி ஆராய்ச்சிகள்" என்பனவற்றினை ஆழ்ந்து படித்து முடித்தார். இவை

இவரது வாழ்வில் மாறுதலை ஏற்படுத்தக் காரணமாய் அமைந்தன எனலாம்.

தாமஸிற்கு 1860-இல் ரயில் நிலையம் ஒன்றில் தந்தி இயக்கும் வேலை கிடைத்தது. பின்னர் வெசுடன் யூனியன் அலுவலகத்தில் வேலை பார்க்கும் போது இடை நேரங்களில் தனது ஆய்வுப் பணிகளை மேற்கொள்வார். ஒரு முறை இவர் தனது ஆய்வுப் பணிகளை மேற்கொண்டிருந்த போது காரீய அமில சேமக்கலனில் இருந்த கந்தக அமிலம் வெளியில் கொட்டி முதலாளி இருந்த அறையினுள் பாய்ந்தது. இதனால் இவரது வேலை பறிபோனது. பின்னர் ரயில் நிலையத்தில் மிட்டாய் சிற்றுண்டி விற்கும் வேலையும் பார்த்தார். காய்கறி வணிகமும் செய்தார். 1862 இல் ரயில் வண்டியின் ஒரு பெட்டியை அச்சகமாக்கி "த விக்லி எரால்டு" ஏனும் வாரப்பத்திரிகை யினை அச்சிட்டு வெளியிட்டார்.

தாமஸ் தன் வாழ் நாட்களை முழு நேரக் கண்டுபிடிப்பிற்காய் பயன்படுத்தும் பொருட்டு நியூ செர்சியிலுள்ள நெவார்க் சென்றார். அங்கு மென்லோ பூங்கா என்னும் இடத்தில் தனது ஆய்வகத்தை அமைத்தார்.

தாமஸின் காலத்தில் வீதிக் கம்பங்களில் வாயு விளக்குகளே பயன்படுத்தப்பட்டன. இவற்றுக்குப் பதிலாக மின்குமிழ்கள் பயன்படுத்த வேண்டும் என்ற ஆசை தாமஸ்ஸிற்கு ஏற்பட்டது. இதன் பயனாக மின்குமிழ்களை கண்டுபிடிக்க ஆர்வம் கொண்டார். இம் முயற்சிக்கு J.P மார்கன் குழுவினர் (இக் குழுவினரே பின் நாளில் எடிசன் மின்சார விளக்கு கம்பனியை தொடக்கினர்) 30000 டொலரினை முற்பணமாக வழங்கி உதவினர். 1878 இல் அறிவியல் பட்டதாரியான ஃபிரான்சிஸ் அப்டன் (Francis Upton) என்பவர் தாமஸின் ஆய்வு குழுவில் சேர்ந்தார். இவர்

ஊடாக கணித, பௌதீக அறிவியல் நுணுக்கங்களை தாமஸ் பெற்றுக் கொண்டார். இந்நிலையில் தாமஸின் மின்குமிழ் கண்டுபிடிக்கும் கனவு நனவாக ஒளிர்ந்தது. இவர் மின்குமிழ் மட்டுமன்றி மின் தந்தி துணிநாடா, இரட்டைத் தந்தி அழைப்புச் சாதனம், எடிசன் உலகப் பதிப்பி, தானியங்கி தந்தி, மின்சாரப் பேனா, பிரதி எடுப்பி, கிராம போன் , ஒலிவரைவி, நுண்ணுணர் மானி, மின்சார மோட்டார், மின் அணுத்துகள் என 1000 க்கு மேற்பட்ட கண்டு பிடிப்புக்களை கண்டுபிடித்தார். 10 நாட்களுக்கு ஒரு தடவை ஒரு சிறிய கண்டு பிடிப்பு 6 மாதத்திற்கு ஒரு தடவை ஒரு மகத்தான கண்டுபிடிப்பு என இவரது கண்டு பிடிப்புக்களின் பட்டியல் நீண்டது. ஒரு கண்டு பிடிப்பு வெற்றி அளித்ததும் அவர் அடுத்த கண்டுபிடிப்பு பற்றிய ஆராச்சியில் ஈடுபட்டு விடுவார். ஒரு முறை அவரது கண்டுபிடிப்பு பற்றி பத்திரிக்கையாளர்கள் கருத்துக் கேட்ட போது அவர் புன்னகையுடன் கூறினார். நேற்றைய கண்டுபிடிப்பை பற்றி பேசி நான் இன்றைய நேரத்தை வீணடிக்க விரும்பவில்லை என்று

1914 இல் இவரது சோதனை கூடத்தில் மிகப் பெரிய தீ விபத்து ஏற்பட்டு பேரழிவை ஏற்படுத்தியது. அப்போது தாமஸ் தனது நண்பர்களைப் பார்த்துக் கூறினார். "தீ எவ்வளவு அழகாக எரிகிறது பாருங்கள் இரசாயன பொருட்களை தவறான விகிதத்தில் கலந்து விட்டதால் ஏற்பட்ட விளைவினை கற்று கொடுத்த இந்த தோல்வியினை 67 வயதில் படிப்பினையாக அறிந்தேன்" என்றார்.

தாமஸ்ஸிற்கு மேரி ஸ்டீல் வெல், மினா மில்லர் என இரு மனைவிகளும், ஆறு பிள்ளைகளும் உள்ளனர். தாமஸ் 1931 அக்டோபர் 18 இல் அமெரிக்காவின் நியூஜெர்சியின் வெஸ்ட் ஆரஞ்சு நகரில் காலமானார். இறக்க

கும் போது இவருக்கு 84 வயது அக்டோபர் 21ம் திகதி மாலை 9.59 க்கு இவரது உடல் அடக்கம் செய்யப்பட்டது. இவ் வேளை அமெரிக்காவில் உள்ள சகல மின்விளக்குகளும் ஜனாதிபதி ஹெர்பரிட் ஹீவரின் உத்தரவிற்கு அமைய ஒரு நிமிடம் அணைக்கப்பட்டு தாமஸிற்கு அஞ்சலியும் மரியாதையும் செலுத்தப்பட்டது.

சிச்சேன் இட்ஷா

புதிய 7 அதிசயங்களுள் ஒன்றாக கருதப்படும் சிச்சேன் இட்ஷா. கி.பி 800 ஆண்டுகளுக்கு முற்பட்டது. இது மெச்சிக்கோ யுகாட்டர்ன் தீவ கற்பத்தில் உள்ளது.

சிச்சன் இட்ஷா என்பது பண்டைய மாய நாகரிகத்தில் அரசியல் மற்றும் பொருளாதார மையமாக விளங்கிய புகழ் மிக்க கோயில் நகரமாகும். இது குக்குல்கானுடைய பிரமிட் மற்றும் சாக்மூன் கோயில் 1000 தூண் மகால் கைதிகள் விளையாட்டு மைதானம் போன்ற பல்வேறு அமைப்புக்களைக் கொண்டது. கட்டிடக் கலையின் வடிவமைப்புக்கு அவர்கள் காட்டிய அத்தீர்நாடுபாட்டை வெளிக்காட்டுவதாய் இது காணப்படுகின்றது. மாயன் நாகரிக கோயில்களில் மிகவும் பெருமைவாய்ந்ததாக இந்த கடைசி பிரமிட் திகழ்கின்றது.

சிலம்பம்

தமிழர்களின் வீர விளையாட்டுக்களில் ஒன்றாகிய சிலம்பம் தற்காப்பு கலை சார்ந்த ஒரு தடி அடி எனலாம். வழக்கில் இவ் விளையாட்டை கம்பு சுற்றுதல் எனக் கூறுவர். இது தடியை கையாளும் முறை கால் அசைவுகள் உடல் அசைவுகள் மூலம் தம்மை

பாதுகாத்துக் கொள்ளும் தற்காப்பு கலையாகும். சிலம்பாட்டத்தில் எதிராளி வீசும் கம்பினை தடுத்தல் எதிராளியின் உடலில் சிலம்பு கம்பினால் தொடுதல் போன்றன அடிப்படையாக கொள்ளப்படுகின்றன. சிலம்பாட்டம் ஆடுவதற்கு குறைந்தது இருவர் வேண்டும். சிலம்பாட்ட போட்டிகளில் நன்கு பயிற்சி பெற்றவர்களே போட்டியிடுகின்றனர். இன்று ஆண், பெண் இருபாலரும் சிலம்பாட்டத்தை கற்று விளையாடுகின்றனர். கோயில் விழாக்கள் மற்றும் ஊர்வலங்கள் போன்றவற்றில் இவ் விளையாட்டுக்கள் பெரும்பாலும் இடம் பெறுகின்றன.

பண்டைய தமிழர்கள் சிங்கம் புலி போன்ற விலங்குகளிடம் இருந்து தம்மை பாதுகாத்து கொள்வதற்கு கையாண்ட முறையே சிலம்பம் தோன்ற வழிவகுத்தது. தம்கையில் இருந்த கம்பை பயன்படுத்தி விலங்குகளிடம் இருந்து தம்மை தற்காத்து கொள்ளவே இந்தக் கலையைப் பயன்படுத்தினர். சிலம்பை சுவடிகளில் குறிப்பிடப்படும் தொன்மையான சிலம்பை சுவடு மற்றும் அடி வரிகள் தமிழகத்தில் மூவேந்தர்களின் ஆட்சி முடிவுற்று அன்னியர்களுக்கு அடிமைப்பட்ட பின் அதன் பேர்களிலும் ஆடும் முறைகளிலும் சிறு மாற்றங்கள் ஏற்பட்டது. இன்று தமிழகம் மற்றும் கேரளாப் பகுதிகளில் இவ் விளையாட்டு அழியாது உயிர் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறது.

சிலம்பாட்டம் ஆனது துடுக்காண்டம், குறவஞ்சி, மறக்காணம், அலங்கார சிலம்பம், போர்ச்சிலம்பம், பனையேறிமல்லு, நாகதாளி, நாகசீறல், கள்ளன் கம்பு எனப்பட வகை கொண்டது.

எது அழகு?

சிறுகதை

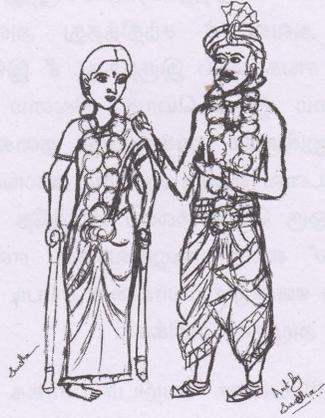
அன்று காலை, நேரத்துடனே நித்திரையால் எழுந்தாள் ரவிக்கா காலையிலே செய்ய வேண்டிய வேலைகள் நிறைய இருந்தன. அது தவிர இராத்திரி முழுக்க ரவிக்காவிற்கு தூக்கமே வரவில்லை எப்படி வரும்? இன்று அவளைப் பெண் பார்க்க மாப்பிளை வீட்டார் வருகிறார்கள் என்றால் சும்மாவா! அதுவும் விபத்தொன்றில் முழங்காவிற்கு கிழே இடது காலை இழந்த இவளை எற்பார்களா, இல்லையா என பல குழப்பங்களுடன் தவித்துக் கொண்டிருந்தாள். இரவு முழுவதும் தூங்காது கனவுகளில் மிதந்தாள்.

ரவிக்கா விபத்தின் போது பெற்றோரை இழந்தவள். இவள் ஒரே ஒரு பிள்ளை விபத்து நடந்தபோது இவளும் அவர்களுடன் சென்ற வாகனமே விபத்துக்குள்ளானது. பெற்றோர் உடனேயே இறந்து விட்டனர். இவள் மட்டும் கால் முறிவோடு பிழைத்துக் கொண்டாள்.

இவள் தனது தாயின் சகோதரியான சித்தி சித்தப்பாவுடன் வாழ்ந்து வருகிறாள். அவர்களுக்கு இரண்டு பிள்ளைகள் அவர்களுடன் இவளையும் தங்கள் பிள்ளையாகவே வளர்த்து வந்தார்கள். இவளும் தன் படிப்பை முடித்துக் கொண்டு சித்தப்பா சித்தியின் சொல்லுக் கேற்ப திருமணத்திற்கு சம்மதித்தாள். ஆனாலும் மனதினில் இனம் புரியாத பயத்துடன் இருந்தாள்.

நேற்றே சில தின்பண்டங்களை சித்தி செய்திருந்தாள். இன்னும் நோள், கேக், பிஸ்கட் போன்றவற்றை சித்தப்பா கடையில் வாங்கியிருந்தார். ரவிற்காவிற்கு வேண்டிய புடவை மற்றும் அலங்காரப்பொருட்கள் அனைத்

தையும் நேற்றே ராதை அக்காவுடன் சென்று கடையில் வாங்கி இருந்தாள். சித்தி பந்தல் வைத்திருக்கும் குபேரன் அண்ணா வீட்டிலிருந்து கதிரைகள் சிலவற்றை தம்பி எடுத்திருந்தான். சொந்தக்காரருக்கும், ரவிக்காவின் நண்பிகளுக்கும் அவர்களுடைய முக்கியமான உறவினர்களுக்கும் நேற்றே சொல்லியிருந்தனர். மாப்பிள்ளை வீட்டாரை கௌரவமாக உபசரித்து அனுப்புவதற்குரிய அனைத்து வேலைகளும் பூர்த்தியாகி இருந்தன. முற்றத்தில் ஒரே மாஞ்சருகாய் இருந்தது. நேரத்துடனே கூட்டிப்பெருக்க வேண்டும் என்ற நினைப்புடன் விளக்கு மாறையும் எடுத்துக்கொண்டு தாண்டித், தாண்டி வாசலுக்குப் போனாள் ரவிக்கா. “பிள்ளை நான் கூட்டுறன் நீ புழுதீக்க நிற்காதை பிறகு முகம் காய்ந்து போம் என்று சித்தி கூறியது காதில் விழுந்தது “பறவாய் இல்லை” முற்றத்தைக்கூட்டத்தொடங்கினாள். அப்போது வாசலில் மோட்டார் சயிக்கின் ஒன்று வந்து நின்றது. முற்றம் கூட்டுவதை நிறுத்திவிட்டு நிமர்ந்து பார்த்தாள். ஒரு வாட்ட சாட்டமான இளைஞன் படலையில் நின்றான்.



“கல்யாணப் புறோக்கர் கோவிந்தன் அண்ணையின் வீடு இது தானோ?” என்று கேட்டான். “இல்லை” என்று தலையசைத்தவள் நீங்கள் இப்படியே போனால் அடுத்த ஒழுங்கையால் திரும்பியவுடன் ஒரு முடக்கு வரும் அதையும் தாண்டிப்போய் இடது பக்கம் திரும்ப

பினால் வாற இரண்டாவது வீடு. நீல நிறகேற், அது தான் கோவிந்தன் அண்ணா வீடு என்று பதில் கூற "சரி சரி..." என்று கூறி சிரித்துக் கொண்டு அவன் போய்விட்டான்.

அன்று காலை பத்து மணியளவில் வீட்டுக்கு வந்து கோவிந்தன் அண்ணா மாப்பிள்ளை வீட்டார் பெண்பார்க்க வரமாட்டார்களாம் என்று கூறிய போது எல்லோருக்குமே அதிர்ச்சியாய் இருந்தது. "முன்கூட்டியே சொல்லி அனுப்பி இருக்கினம் யாரோ கல்லுக்குத்திப்போட்டாங்களப்பா" என்று சலித்துக் கொண்டார் சித்தப்பா.

அன்று மாலை திரும்பவும் புறோக்கர் வீட்டிற்கு வந்தார். எல்லோரும் காரணம் புரியாமல் புறோக்கர் முகத்தைப் பார்த்தனர். "ஏற்கனவே காலையில் மாப்பிள்ளை, பெண்ணைப் பார்த்திட்டாராம், ஏதோ அவசரமாம், உடனேயே கொழும்புக்கு போய்விட்டாராம்" என்று அவர் கூறிய போது தான் ரவிக்காவுக்கு உண்மை புரிந்தது.

காலையிலே நித்திரையால எழுந்த கோலத்துடன் அவனைச் சந்தித்தது அவளுக்கு பெரும் சங்கடமாய் இருந்தது. சீ இதென்ன கொடுமை இப்படியொரு நிலமை எந்தப் பெண்ணுக்குமே வரக்கூடாது. நகை, பூச்சு, பட்டுப்புடவை என்று ஆயிரம் அலங்காரங்களோட ஒரு பெண்ணைப் பார்த்தே "பிடிக்கவில்லை" என்று கூறுபவர்கள், என்னைப் போன்ற ஊனமுற்றவர்களை எப்படி ஏற்பார்கள் என அழுதாள் ரவிக்கா.

"இனியென்ன வேறிடம் பார்க்க வேண்டியது தான்" என்றார் சித்தப்பா "நீங்கள் ஒன்றுக்கும் யோசிக்காதீர்கள் அடுத்த கிழமைக்குள் இதைவிட நல்ல மாப்பிள்ளையை நான் கொண்டுவாறன்". என்று புறோக்கர் பாணியிலே சொன்னார் கோவிந்தன் அண்ணா இனி இப்படித்தான் காலம் கழியப் போகின்றதா? இனி வாராவாரம் பெண் பார்க்கும்

படலம் தானோ? என திருமணத்தின் மீதே வெறுப்புக் கொண்டாள் ரவிக்கா.

ஒரு வாரத்தின் பின் ஒரு கடிதம் வந்தது அதை பிரித்த போது "அன்புள்ள ரவிக்காவின் சித்தப்பா, சித்திக்கு என்று தொடங்கி நாங்கள் குறித்த தினத்தில் பெண்பார்க்க வராததை இட்டு முதலில் என்னை மன்னிக்கவும். அவசர வேலை. தவிர, உங்கள் பெண்ணை நான் வாழ்க்கை பூராகவும் பட்டுப்புடவையிலும், தங்கநகையிலுமாய்பார்த்துக் கொண்டிருக்கப் போகின்றேன்? பெண்ணை பூசி, மெழுகி, அழகுபடுத்தி ஒரு காட்சிப் பொருளாக பார்ப்பதிலோ, பாடத் தெரியுமா, ஆடத்தெரியுமா? என்று விசாரணைக் கமிசன் வைப்பதிலோ அல்லது பலகாரம் சாப்பிட்டு பிறகு பிடிக்கவில்லை என்று கடிதம் போடுவதிலோ எனக்கு உடன்பாடில்லை. உண்மையில் எது அழகு? ஒரு சாதாரண சூழ்நிலையில் உங்கள் பெண்ணைப் பார்த்தேன் எனக்கு மிகவும் பிடித்து விட்டது. பெண்ணுக்கும் என்னைப்பிடித்திருந்தால் திருமணத்திற்கு வேண்டிய ஒழுங்குகளை செய்யலாம். நன்றி என்று சுருக்கமாக நாகரிகமாக எழுதப்பட்டு இருந்தது.

எல்லோர் முகங்களிலும் சந்தோஷம் பூரிப்பு! "பார்த்தியா ரவிக்கா பெண்ணை ஒரு அலங்காரப் பொருளாக பார்க்கிறவனை விட உண்மையான இயல்பான அழகை நேசிக்கிறவன் உனக்கு மாப்பிள்ளையாக கிடைத்திருக்கிறான். இதைவிட ஒரு பெண்ணுக்கு என்ன வேணும்? உண்மையிலே நீ அதிஷ்டசாலி தான்" என்று ரவிக்காவின் தோழி சாந்தி கூறியபோது அவள் பூரித்துப்போனாள். எது அழகு என்பது இப்பொழுதுதான் அவளுக்குப் புரியத் தொடங்கியது.

தி.கலாமதி
இணுவில் கிழக்கு
இணுவில்

முற்றத்து

மல்லிகை



பரபரப்பான காலையின் தொற்றல் எல்லோரிலும் தொற்றியிருந்த ஒரு பொழுதியாயாழ். பிராந்திய சுகாதார சேவைகள் பணிப்பாளர் வைத்திய கலாநிதி க.நந்தகுமாரன் அவர்களோடு ஒரு இனிமையான சந்திப்பு. முற்றத்து மல்லிகைப் பகுதி தருகின்ற மற்றுமோர் முயற்சியாளரின் செவ்வி.

Dr நந்தகுமாரன் அவர்களே! வணக்கம்!

வணக்கம்

முற்றத்து மல்லிகைப் பகுதியூடாக உங்களைச் சந்திப்பதில் நாம் மிகுந்த மகிழ்ச்சியடைகின்றோம்.

முற்றத்து மல்லிகைப் பகுதிக்கு பங்களிப்புச் செய்வதில் நானும் மகிழ்வடைகின்றேன்.

உங்களது சிறுவயதுப் பராய வாழ்வு பற்றியும், பெற்றோர்கள் உடன் பிறப்புக்கள் பற்றியும் கொஞ்சம் சொல்லுங்கள்.

எனது பெயர் க.நந்தகுமாரன் 1972ஆம் ஆண்டு கரம்பனில் கனகராஜா புஸ்பராணி தம்பதிகளுக்கு இரண்டாவது மகனாகப்

பிறந்தேன்.

எனது தந்தையார் உதவிக் கணக்காளராக திருகோணமலையில் அமைந்துள்ள துறைமுக அபிவிருத்தி அதிகாரசபையில் பணியாற்றினார். தாயார் அவர்கள் வீட்டுப் பணிகளோடு தன்னை ஈடுபடுத்திக் கொண்டிருந்தார். எனக்கு மூத்த சகோதரர் ஒருவரும், இளைய சகோதரி ஒருவரும் இருக்கின்றனர். 1973ம் ஆண்டு கொலரா நோய் பரவலாகப் பரவிக் கொண்டிருந்தது. அப்பொழுது நான் திடீரென நோயுற்றேன். எனக்கு கொலரா நோய்க்குரிய சிகிச்சை அளிக்கப்பட்டது. எனது உடல் மேலும் மோசமடைவதைக் கண்ட எனது பெற்றோர் யாழ். போதனா வைத்தியசாலையில் அனுமதித்தனர். பின்னர் தான் நான் போலியோநோயினால் பாதிக்கப்பட்டிருந்தேன் என்பது தெரியவந்தாக பெற்றோர் கூறினர். நோயைக் குணமாக்க பெற்றோர் எடுத்த முயற்சிகள் பலனளிக்கவில்லை.

உங்களது ஆரம்பக் கல்வி பற்றி சற்றுக் கூறுங்கள்

நான் ஆரம்பக்கல்வியினை திருகோணமலையில் உள்ள உவர்மலை விவேகானந்த

கல்லூரியில் கற்று புலமைப் பரிசில் பரீட்சையில் சித்தியெய்தி கோணேஸ்வரா இந்துக் கல்லூரியில் கற்றேன். எனது பெற்றோர் என்னைத் தூக்கிச் சென்று வகுப்பறையில் இருத்திவிட்டு பின்னர் வீட்டுக்கு என்னை 12 மணியளவில் அழைத்து வருவார்கள். அனேகமாக இரண்டு பாட வேளைகளை நான் தவறவிடுவது வழக்கம். அந்தப் பாடங்களை வீட்டில் எனது தாயாரின் உதவியுடனேயே கற்று வந்தேன். பின்னர் நாட்டில் ஏற்பட்ட அசாதாரண சூழ்நிலைகள் காரணமாக மீளவும் நாம் யாழ்ப்பாணத்துக்கு வந்தோம்.

தொடர்ந்து உங்களது கற்றல் செயற்பாடுகள் எவ்வாறு அமைந்தது என்பதனை விளக்க முடியுமா?

பதில்: ஆம், தொடர்ந்து கற்பதற்காக யாழ் இந்துக் கல்லூரிக்கு விண்ணப்பித்த போது எனக்கு கற்பிப்பதற்கான வசதிப்படுத்தல்களை செய்ய முடியாது எனக் கூறி அனுமதி மறுக்கப்பட்டது. ஒருமாதமாக நான் வீட்டிலே கற்றல் செயற்பாடு எதுவுமின்றி இருந்தேன். பின்னர் எனது தந்தையார் கல்வி அமைச்சுக்கு மேல்முறையீடு செய்ததன் பின்னரே அனுமதி கிடைக்கப் பெற்றது.

நீங்கள் கல்வியைத் தொடர்ந்ததன் முறைமை பற்றி விளக்க முடியுமா?

வழக்கம் போலவே எனது தந்தையார் பாடசாலை வகுப்பறைக்கு தூக்கிச் செல்வார். பாட வேளைகளுக்காக மாணவர்கள் வேறு வேறு வகுப்புகளுக்கு இடம் மாறுகின்ற போது நண்பர்களே எனக்கு உதவியாக இருந்தனர். எனது கற்றல் மேம்பாட்டை கருத்தில் கொண்டு எனது தந்தையார் தனது

வேலையை இராஜினாமா செய்து விட்டு யாழ்ப்பாணத்துக்கே வந்து விட்டார். இதற்கிடையில் நான் திருகோணமலையில் இருந்த போது கொழும்பில் ஒரு நிறுவனத்தில் சார்புறுப்பு (கலிப்பர்) எனது காலிற்கு அமைவாக செய்த போதும் அது எனக்கு அவ்வளவு தூரம் உபயோகமாக இருக்கவில்லை. அதனை அணிந்து கொண்டு என்னால் ஒரு அடி கூட எடுத்து வைக்க முடியவில்லை. இதனால் நான் கற்றலில் தொடர்ந்தும் இடர்பட்ட வண்ணமே ஈடுபட வேண்டியிருந்தது. க.பொ.த சாதாரண தர பரீட்சையில் 7D, C பெறுபேற்றினைப் பெற்று சித்தியடைந்தேன். உயர்தரத்தில் கணிதப் பிரிவில் பயில வேண்டும் என்பதே எனது இலட்சியமாக இருந்தது. நான் க.பொ.த உயர் தரத்தில் கணிதப் பிரிவுக்குச் சென்ற பொழுது, கணிதப் பிரிவில் பயில்வதால் எனது எதிர்காலம் மட்டுப்படுத்தப்படும் என ஆசிரியர்கள் குறிப்பிட்டார்கள். ஒருசிலர் உயிரியல் விஞ்ஞானத்தைப் பயின்று மருத்துவராகப் பணியாற்றுவதில் இலகுவாக இருக்கும் என கருத்துக் கூறினர். பின்னர் எனது முடிவை மாற்றி உயிரியல் விஞ்ஞானப் பிரிவில் நான் பயிலத் தொடங்கினேன். அப்போது ஒரு சில ஆசிரியர்கள் உயிரியல் விஞ்ஞானப் பிரிவில் பயிலவது சிரமம் என்றும் கலைத் துறையில் பயின்றால் ஆசிரியராக வர முடியும் என்றும் குறிப்பிட்டனர். இருப்பினும் அத்தகைய ஆலோசனைகளை என்னால் ஏற்றுக் கொள்ள முடியவில்லை. எப்படியாவது உயிரியல் பிரிவிலேயே கற்க வேண்டும் என்பதிலேயே நான் உறுதியாக இருந்தேன். எனது தந்தையார் ஒரு சில பிரத்தியோக வகுப்புகளுக்கு என்னை தூக்கிச் செல்வார். காலை 5 மணிக்கு பீற்றர்சிங்கம் மாஸ்டரிடமும், மாலை ஞானம் மாஸ்டரிடமும் கற்பதற்காக தூக்கிச் சென்று வகுப்பறையில் இருத்திவிடுவார்.

இப்போது நினைத்தாலும் எனது நெஞ்சம் நெகிழ்கிறது. இப்படியான சூழல்கள் பொருந்திய முறைமையூடாகவே நான் எனது கல்வியைத் தொடர்ந்தேன்.

தங்கள் உயர் தரத்தில் சித்தியடைந்து மருத்துவ பீடத்தில் பயின்றமை பற்றி குறிப்பிட முடியுமா?

நிச்சயமாக குறிப்பிட வேண்டும். உயிரியல் விஞ்ஞானத்தில் நான் சித்தியடைந்த பின்னர். மீண்டும் நான் மருத்துவப் பிரிவில் கற்க முடியுமா? முடியுமா? என்ற சர்ச்சை மேல் கிளம்பியது. எனது தந்தை என்னையும் அழைத்துக் கொண்டு பல விரிவுரை யாளர்களிடமும், மருத்துவர்களிடமும் சென்றார். அவர்களில் பலர் எனது முன்னேற்றத்திற்கு மருத்துவத் துறையில் பயில்வது அவ்வளவு உசிதமில்லை என்ற கருத்தைத் தந்தனர். ஆனால் அப்போது நரம்பியல் நிபுணராக இருந்த வைத்தியக் கலாநிதி (திருமதி) நிக்கிலாப்பிள்ளை அவர்கள் இந்த போலியோ குறைபாட்டுக்கும் மூளையின் இயங்குதிறனுக்கும் எதுவித தொடர்பும் இல்லை மருத்துவத்தில் பல்வேறுபட்ட பிரிவுகள் இருக்கின்றன. தாராளமாகக் கற்கமுடியுமென என்னை ஊக்கப்படுத்தினார். அதுமட்டுமல்லாமல் கொழும்பில் போலியோ நோயினால் பாதிக்கப்பட்ட மருத்துவர் றொகான் சின்னையா இருப்பதை சுட்டிக் காட்டி அவரிடம் சென்றுமேலதிக ஆலோசனையைப் பெற்றுக் கொள்ளும்படி குறிப்பிட்டார். அது மட்டுமின்றி கப்பல் மூலம் நான் கொழும்பு செல்வதற்கும் பொருத்தமான வழிகாட்டல்களைப் பெறுவதற்கும் எனக்கு அவர் உதவினார். நான் கொழும்பு சென்று அந்த மருத்துவரைச் சந்தித்தேன். அவரது வழிகாட்டலில் அங்கொடையில் உள்ள ஒரு நிறுவனத்தில்

எனக்கான சார்புறுப்பினை செய்து பெற்றுக் கொண்டேன். இது எனது சுய இயங்கு திறனின் ஒரு முன்னேற்ற கரமான படி என குறிப்பிடலாம். ஓரளவு நான் சுயமாக நடமாடுவதற்கு இது எனக்கு பெருமளவு உதவியது. நான் மீளவும் யாழ்ப்பாணம் வந்து மருத்துவ பீடத்தில் பயிலத் தொடங்கினேன். அப்போதும் பல சவால்களை நான் சந்திக்க வேண்டியிருந்தது. மருத்துவ பீடத்தின் மேல் தளத்தில் நடக்கின்ற பல விரிவுரைகளுக்கு என்னால் சில சமயங்களில் சமூகமளிக்க முடியாமல் போனது. அத்தோடு செய்முறை செயற்பாடுகளில் கூட சில பிரச்சினைகளை நான் எதிர் நோக்க வேண்டியிருந்தது. இருந்த போதும் எனது கற்றலை நான் சோர்வின்றி தொடர்ந்தேன். உள்ளகப் பயிற்சிகளுக்காக யாழ் போதனா வைத்திய சாலைக்கு சென்ற போதும் அங்கும் மாடிப் படிகளில் ஏறுவது மிகவும் சிரமமாகவே இருந்தது. இதனைக் கருத்தில் கொண்டு நான் மீளவும் கொழும்பு சென்று எனது உடலியல் இயங்கு நிலைக்கு ஏற்ற வகையில் சார்புறுப்பு ஒன்றை வடிவமைத்துப் பெற்றுக் கொண்டேன். இதன் பின்னர் எனது சுய இயங்குதிறன் மேலும் விருத்தியடைந்ததை என்னால் உணர முடிந்தது. இவ்வாறு நான் எனது கற்றலைத் தொடர்ந்து மருத்துவ பீடத்தை நிறைவு செய்தேன்.

தங்களுக்கு இருந்த போக்குவரத்து சார்ந்த இடர்பாடுகளை தவிர்ப்பதற்கு நீங்கள் எவ்வாறான முயற்சிகளைச் செய்தீர்கள்.

கலிப்பரை மேம்படுத்தி பெற்றுக் கொண்டதன் பின்னர். எனது தந்தையார் முற்சக்கர வண்டியொன்றை வாங்கி, சாரதி ஒருவரின் உதவியோடு என்னை யாழ்.போதனா

வைத்தியசாலைக்கு அனுப்பினார். அப்போது சுயமாக நானே அதனை செலுத்த வேண்டும் என்ற விருப்பம் எனக்கு இருந்தது. சாரதியின் உதவியுடன் அவ்வப் போது முற்சக்க ரவண்டியைச் செலுத்தும் பயிற்சியை மேற் கொண்டேன். 1995ஆம் ஆண்டு இடப் பெயர்வின் போது சாரதி அன்றைய தினம் வரவில்லை பொருட்களையும் எனது தாய் தந்தையையும் ஏற்றிக் கொண்டு நானே முற்சக்கர வண்டியை செலுத்திக் கொண்டு சென்றேன். செம்மணி வீதியில் சனநெரிசல் காரணமாக முற்சக்கரவண்டி ஓரமாக தள்ளி விடப்பட்டது. 24 மணி நேரம் உணவு, நீர் எதுவுமின்றி முற்சக்கரவண்டியோடு தரித்திருக்க வேண்டிய நிலை ஏற்பட்டது. இந்த இடத்தில் இடப்பெயர்வு சார்ந்த எனக்கு ஏற்பட்ட அனுபவத்தை பதிவு செய்வதற்காகவே நான் இந்தச் சம்பவத்தை குறிப்பிட்டேன். தொடர்ந்து நான் மருத்துவராக பணியேற்ற பின் கார் ஒன்றினை வாங்கிப் பயன்படுத்தினேன். இதன் பின்னர் போக்குவரத்து சார்ந்திருந்த தடைகள் நீங்கியதோடு எனது குடும்பத்தாருக்கும் அது மிகவும் உதவியாக இருந்தது.

தங்களது பணி வாழ்வு பற்றி சற்று குறிப்பிட முடியுமா?

நான் உள்ளகப் பயிற்சி மருத்துவராக யாழ்ப்பாண போதனா வைத்தியசாலையிலே பணியாற்றத் தொடங்கினேன். அப்போதிருந்த யுத்த நிலை காரணமாகவும், பணி நெருக்கடிகள் காரணமாகவும் வீட்டிற்கு அடிக்கடி சென்று வர முடியாத நிலை இருந்தது. மருத்துவர்களுக்கான விடுதியில் நான் தங்கியிருந்தேன். அந்தக் காலப் பகுதியில் எனது வேலைகள் அனைத்தையும் நானே செய்துகொள்ள என்னை முழுமையாக

தயார்ப்படுத்திக் கொண்டேன். முதல் பணி நியமனம் பெற்று 2001 தொடக்கம் 2003 வரை திருகோணமலை வைத்தியசாலையில் பணியாற்றினேன். அங்கும் மருத்துவர்களுக்கான விடுதியிலே தங்கியிருந்தேன். 2008 இல் அங்கேயே கார் ஒன்றினை நான் வாங்கிப் பயன்படுத்தத் தொடங்கினேன். இதன் பின்னர் எனது சுய இயங்குதிறனில் ஒரு அதீதமான முன்னேற்றம் ஏற்பட்டது. எவரையும் எதிர்பார்த்திருக்காமல் எனது பணிகளுக்காக வெளியில் சென்று வரமுடிந்தது. தொடர்ந்து 2006ல் பிராந்திய சுகாதார சேவைகள் பணிப்பாளராக கிளிநொச்சியில் பணியாற்றினேன். பின்னர் 2007 - 2008 காலப் பகுதியில் மாகாண பதில் சுகாதார சேவைகள் பணிப்பாளராக பணியாற்றினேன். 2010 இல் வைத்திய அத்தியட்சகராக மந்திகை வைத்தியசாலையில் 1,1/2 வருடங்கள் பணியாற்றினேன். 2014 இல் யாழ். போதனா வைத்தியசாலையில் பிரதிப்பணிப்பாளராகப் பணியாற்றி பின் 2015 செப் தம்பர் முதல் யாழ் பிராந்திய சுகாதாரப் பணிப்பாளராகப் பணியாற்றி வருகின்றேன்.

உங்கள் வாழ்க்கைப் படிநிலையில் நீங்கள் சந்தித்த சவால்கள் பற்றிச் சுருக்கமாகக் கூற முடியுமா?

எனது செவ்வியினூடே நான் சந்தித்த சவால்கள் விரைவியிருப்பதை படிக்கின்ற வாசகர்களால் உணர்ந்து கொள்ள முடியும். இருப்பினும் வாழ்க்கைப் படி நிலையில் ஒவ்வொரு கட்டத்திலும் ஏற்பட்ட தடைக்கற்களை படிக்கற்களாகவே நான் எதிர் கொண்டேன். எனது மேம்பாட்டிற்காக தந்தையார் பூர்வீகமான சொத்துக்கள் பல வற்றை விற்றார். தனது வேலையைக் கூட இராஜினாமா செய்தார். சிறிய கடை ஒன்றை

நடாத்தி அதனைக் கூட வாடகைக்கு கொடுத்து விட்டு என்னோடு பயணித்தார். பலர் எனது படிப்பை இடையில் நிறுத்தி விட்டு கடையில் என்னை அமர்த்திவிடும் படி எனது தந்தைக்கு அறிவுரை கூறினார்கள். இப்படியான கருத்துக்களை நானோ, எனது பெற்றோரோ கருத்தில் எடுக்கவில்லை. இடப்பெயர்வுகள் தொடர்ச்சியாக கற்றலில் ஈடுபட முடியாமல், அணுகு வசதிகள் சார்ந்த தடைகள், இவை அனைத்தையும் கடந்தே நான் தற்போது பிராந்திய சுகாதார பணிப்பாளராக இருக்கின்றேன்.

உங்களது திருமண வாழ்வு பற்றிக் கூறுங்கள்

எனது மனைவி சதானந்தி. அவர் தற்போது தாதியப் பயிற்சிக் கல்லூரியில் போதனாசிரியராக இருக்கிறார். மகிழ்சியாக எங்கள் குடும்ப வாழ்வு அமைந்து இருக்கிறது.

தாங்கள் ஒரு மருத்துவராக பணியேற்றதன் பின்னரும் கற்றல் செயற்பாடுகளை முன்னெடுத்துவந்திருக்கிறீர்கள் என நாம் அறிகிறோம். அவை பற்றிக் கூற முடியுமா?

கிளிநொச்சியில் நான் பணியாற்றிய காலப்பகுதியில் MSC கற்கையை கொழும்பில் மேற்கொண்டிருந்தேன். பின்னர் MD யைத் தொடர்வதற்காக போக்குவரத்து நெருக்கடிகள் இருந்த 2010 காலப் பகுதியில் வாகனம் தொடரணியாக யாழ்ப்பாணத்திலிருந்து கொழும்புக்குச் செல்வதற்கு ஆளுனரின் விசேட அனுமதியைப் பெற்று காரில் நான் கொழும்புக்குப் பயணித்து வந்தேன். காரை நானே செலுத்திச் செல்வது வழக்கம் அந்தச் சமயங்களில் மனைவியும் என்னோடு

உடன் வருவார். யாழ்ப்பாண வைத்தியசாலையில் பணியாற்றி, வார இறுதியில் கற்பதற்காக கொழும்பு சென்று வருவது தொடர்ச்சியாக இருக்கவே மூன்று மாத காலத்தின் பின்னர் கொழும்பு வைத்தியசாலைக்கு மாற்றலாகிச் சென்று அங்கு பணியாற்றியபடியே MD Pant கற்கையையும் நிறைவு செய்தேன். எனது பணிப் பொருத்தம் கருதி நிர்வாகத் துறை சார்ந்த பரீட்சையில் தேறி தற்போது இந்தப் பதவியை வகித்து வருகின்றேன். மேலும் மந்திகை ஆதார வைத்தியசாலையில் கடமையாற்றியு போது சுகாதார நிறுவனங்களுக்கு இடையிலான தரமேம்பாட்டு விருதில் இரண்டாம் இடம் கிடைக்கப்பெற்றது.

நல்லது, உங்கள் வாழ்வில் மறக்க முடியாத மனிதர்கள் பற்றிக் குறிப்பிடுங்கள்?

நிறையப் பேர் இருக்கிறார்கள். எனக்காக என் வாழ்வின் மேம்பாட்டிற்காக இருந்த, இருக்கின்ற நல்ல உள்ளங்களைப் பெற்ற பாக்கியசாலி நான். எனது பெற்றோர்கள், உடன்பிறப்புக்கள், ஆசிரியர்கள், நண்பர்கள் எல்லோரும் வழங்கிய ஆதரவே நான் சமூகத்தில் நிமிர்வதற்கான ஊன்றுகோல்களாகின. எனக்கு எதிர் மறையான ஆலோசனைகளை வழங்கியவர்கள் கூட என் மீது இருந்த அக்கறை காரணமாகவே அவ்வாறு வழங்கினார்கள் என்பதே எனது எண்ணம். அவர்களும் என் வாழ்விற்கு உந்து சத்தியாகவே இருந்திருக்கிறார்கள்.

ஆசிரியர்களான திரு மரியதாஸ், திரு வேலாயுதம், திரு செல்வவடிவேல், ஆகியோரும், Dr.பிறைபட்டன், Dr.அருள்தாசன் மற்றும் எல்.எம்.ஜோன்சன் ஆகியோரையும் கல்லூரி,

பல்கலைக்கழக மாணவர்கள் மற்றும் ஜெய்ப்பூர் நிறுவனத்தையும் நான் குறிப்பிட்டுச் சொல்லமுடியும்.

உங்கள் வாழ்வில் மறக்க முடியாத சம்பவங்கள் யாதேனும் உண்டா?

சிரித்தபடியே யாழ் இந்துக் கல்லூரிக்கு சென்ற முதல் நாள் வாங்கிய அடி ஆசிரியர் ஒருவர் வகுப்பறைக்கு வருகை தந்த பொழுது மாணவர்கள் எல்லோரும் எழுந்து வணக்கம் செலுத்தினார்கள். நான் எழுந்திருக்கவில்லை. அதற்காக நான் வாங்கிய அடி என் வாழ்வில் மறக்க முடியாது. அந்த ஆசிரியருக்கு என்னைப் பண்படுத்த வேண்டும் என்ற நோக்கம் மட்டுமே இருந்தது என்பதை நான் இங்கு பதிவு செய்ய விரும்புகின்றேன்.

சமூக மாந்தராக இருந்து சமூகத்துக்கு தாங்கள் சொல்ல விரும்புகின்ற செய்தி ஏதாவது உண்டா?

பதில்: நிச்சயமாக உண்டு, வலுவழிப்புடன் கூடிய நபர்கள் சமூகத்தில் சுயமாக இயங்குவதற்கான இடம் வழங்கப்பட வேண்டும். இந்த நிலை சமூகத்தின் அனைத்து கட்டுமானங்களிலும் இருத்தல் வேண்டும்.

வலுவழிப்புடன் கூடிய நபர்களுக்கு தாங்கள் சொல்ல விரும்பும் செய்தி யாது?

தமது இயங்கு திறனை முழு அளவில் பயன்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். தொழில் நுட்ப அறிவை வளர்த்துக் கொண்டு அதன் உதவியுடன் அதன் பணிகளை இலகுவாக முன்னெடுக்க வேண்டும். சுருங்கச் சொன்னால் தொழில்நுட்பத்தை இத்தகையவர்கள் வசப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும் என்றே நான் சொல்வேன்.

தங்களது நெருக்கடியான நேர சூசிகைக்கு மத்தியிலும் "வலு" சஞ்சிகையின் முற்றத்து மல்லிகைப் பகுதிக்காக இந்த செவ்வியை வழங்கியமைக்கு எனது நன்றிகளை உரித்தாக்கிக் கொண்டு விடை பெறுகின்றோம். நன்றி

நன்றி, கருவி மாற்றுத்திறனாளிகளின் சமூக வள நிலையத்தின் சமூகப் பணிகளும், வலு சஞ்சிகையின் சேவைப் பரம்பலும் மேலும் பலமுடன் வளம் பெற வாழ்த்துகின்றேன். நன்றி

முற்றத்து மல்லிகைப் பகுதிக்காக

க.தர்மசேகரம்.

வலு தரும் ஜோதிடம்

சந்திரன்

இரண்டாம் எண்காரர்
பிறந்த திகதிகள் 2,11,20,29

பொதுவான குணங்கள்

மனிதன் தீவிர குணங்களான பாவனை, கற்பனை, சந்தேகம், ஆராய்ச்சி இவைகளெல்லாம் இவர்களிடம் காணப்படும். இந்த ஆதிக்கரில் சிறந்தோர் பலர் பாவனை கூடிய சக்திகளை வளர்த்துக் கொண்டதன் மூலம் செயற்கரிய காரியங்களையும் செய்திருக்கின்றனர். கற்பனா சக்தியே இவ்வெண்ணின் கீழ்ப்பிறந்தவர்களின் ஜீவநாடி. கண்ணெதிரில் காணும் விஷயங்களை விட கற்பனைகளே இவர்களது மனதைக் கவரும். சதா யோசனையிலும், மனோராஜ்யத்திலும் ஈடுபட்டிருப்பார்கள். எதிர்காலத்தைப் பற்றிய வர்ண சித்திரங்களையோ, பயங்கர சம்பவங்களையோ நினைத்த வண்ணமிருப்பர். இவர்களுக்கு புதிய புதிய யுத்திகளும், நூதனமான யோசனைகளும் தோன்றிய. வண்ணமிருக்கும். இயற்கையாகவே இவர்களுக்கு திடசித்தமிராது தெய்வபக்தியோ, குருபக்தியோ அல்லது தன்னம்பிக்கையோ இவர்களுக்கு ஏற்பட்டுவிட்டால் இவர்கள் செயற்கரிய காரியங்களை வெகு அலட்சியமாகச் செய்து முடிப்பார்கள். தெய்வ நம்பிக்கையில் வளர்ந்த காந்திமகானும், தன்னம்பிக்கையில் வளர்ந்த கிட்லரும், இந்த நூற்றாண்டிலே பிரசித்தியடைந்த உதாரண புருஷர்கள். தெய்வ நம்பிக்கையுடன், தான்

சரியான வழியில் தான் நடக்கிறோம் என்கிற நிச்சயத்துடன் வாழ்ந்தால் இவர்கள் வாழ்க்கையில் வெற்றியடைவர். தெய்வம் போன்ற திடமாக என்றும் விளங்கக்கூடியதான தத்துவங்களில் ஏதேனும் ஒன்றில் பிடிப்பு ஏற்பட்டால்தான் இவர்களுக்கும் தன்னம்பிக்கை உண்டாகும். சந்திரனுக்கு எப்படி சீயமாக பிரகாசம் கிடையாதோ அப்படியே இவர்களுக்கும் தன்னைத் தவிர ஏதாவதொன்றில் நம்பிக்கை ஏற்படாவிடில் புத்திப் பிரகாசம் ஏற்படாது. மேன்மையும் உண்டாகாது.

பொதுவாக இவர்கள் நம்பிக்கையற்றவர்கள், தைரியமாகத் தன்னையும் நம்பமாட்டார்கள். பிறரையும் நம்பமாட்டார்கள். சிறிய காரியத்தையும் பிறரை நம்பி ஒப்படைக்க இவர்களுக்கு மனம்வராது. எதையும் தானே செய்தால் தான் திருப்தி ஏற்படும் இவர்களுக்கு சாமர்த்தியமும் போதாது. ஆகையால் வீணாகக் கவலைப்பட்டுக் கொண்டு வாழ்க்கையை சிரமங்கள் நிறைந்ததாக ஆக்கிவிடுவர். (கதவைப் பல தடவைகள் நன்றாகப் பூட்டிவிட்டுக் கொஞ்சத்தூரம் போனதும் மறுபடியும் வந்து பூட்டை இழுத்துப் பார்க்கிறவர்கள் இவர்கள் தான்) இவர் இயற்கையில் பயங்கொள்ளி மிகுந்த மேன்மையானவர்கள் சாந்தசீலராக வாழ்வர். மற்றவர்களோ சண்டப்பிரசண்டமாகப் பேசுவார்கள். எதையும் மிகைப்படுத்தியே வெளியிடுவார்கள். சில சமயங்களில் பேச்சு எரிமலை கக்கும் நெருப்புக்குழம்பு போல் இருக்கும் யாராவது எதிர்த்தால் உடனே அடங்கிப் போவார்கள். பயமுறுத்துவதிலும்,

மிரட்டியே வாழ்க்கை நடத்துவதிலும் இவர்கள் சூரர்கள். கெஞ்சினால் மிஞ்சுவார்கள், மிஞ்சினால் கெஞ்சுவார்கள். என்னதான் தைரியமாக இவர்கள் பேசினாலும் நெஞ்சில் பயம் குடிகொண்டே இருக்கும். இவர்களில் சத்தியமே பேசுகிறவர்களையும், பொய்யே பேசுகிறவர்களையும் காணலாம். இவர்களது புத்தி ஒரே மாதிரி இராது. சூழ்நிலையை அனுசரித்து மாறிய வண்ணமிருக்கும். கூடப் பழகுகிறவர்களுடைய நடையுடை பாவனைகள் இவர்களுக்கும் படிந்துவிடும். ஆகையால் இந்த எண்ணின் ஆதிக்கத்தில் பிறக்கும் குழந்தைகளைப் பெற்றோர் ஐக்கிரதையாகக் கவனித்து வரவேண்டும். சிறிய வயதில் பொய் பேசுகிறவர்கள், சிரத்தையற்ற வாழ்க்கை நடத்துபவர்கள் முதலியவர்களுடன் பழகவிடக் கூடாது.

பிறருக்கு பிரமாதமான யோசனைகள் சொல்லுவார்கள். தான் ஒரு காரியத்தைச் செய்யும்படி நேர்ந்தால் திரும்பத் திரும்ப யோசித்து மனதைக் குழப்பிக் கொள்ளுவார்கள். தன்னைக் கண்டு பயப்படாதவர்களிடம் மிகவும் நயமாகப் பழகுவார்கள். தன்னைக் கண்டு பயப்படுவர்களை சதா விரட்டிய வண்ணமே இருப்பார்கள்.

இவர்களுக்கு மன ஓட்டம்தான் வேகமே ஒளிய, கை கால் ஓட்டம் மிகவும் தரமதாகவே காணும். எந்தக் காரியத்தையும் பல தடவைகள் யோசித்து மெதுவாகவே செய்வார்கள். இவர்களுக்கு சோம்பல் ஓரளவு உண்டு. எல்லா சாமர்த்தியங்களும் இருந்த போதிலும் ஒருவித உழைப்பிலும் ஈடுபட மனநாட்டம் இராது. எதற்கும் பலர் யோசனைகளையும் கேட்டுவிட்டு ஒன்றையும் செய்யாமலே இருந்து விடுவார்கள். (நான் எப்படிச் செய்ய, பலரும் பலமாதிரி சொல்லுகிறார்களே என்

பார்கள்) தர்க்கம் பண்ணுவதில் இவர்களுக்கு வெகு பிரீதி. ஒவ்வொரு சொல்லுக்கும் பல விதமான அர்த்தங்களை அள்ளி வீசுவார்கள். தர்க்கமும் சரி, குதர்க்கமும் சரி இவர்களைப் போல் யாராலும் செய்ய முடியாது.

வாழ்க்கையை மேலான குறிக்கோள் உடையதாகச் செய்துகொள்ள வேண்டும். வீண் பயம் நீக்கப்பட வேண்டும். சிறிய கஷ்டம் வந்தாலும், நஷ்டம் வரும்போல் இருந்தாலும் கற்பனா சக்தியால் அதை பெரிது பண்ணிக் கொண்டே போவார்கள் இந்த வீண் பயங்களையும் யோசனைகளையும் கட்டுப்படுத்தாவிடில் சித்தப்பிரமையில் கொண்டிப்பாய்விடும். ஆங்கிலத்திலே Lunatics (சந்திர ஆதிக்கர்) என்று பைத்தியக்காரர்களைக் குறிக்கிறார்கள். கற்பனையைத் தன் வசமாக்கிக் கொள்ளுகிறவன் கதாசிரியராகவோ, சிறந்த கலைஞனாகவோ ஆகிறான். கற்பனை வசப்படுகிறவன் பைத்தியமாகிறான். தோல்வியோ கஷ்டமோ வந்தால் தற்கொலைக்கான எண்ணங்கள் இவர்களுக்கு உண்டாகும். நீரில் மூழ்கி வாழ்க்கையை முடித்துக் கொள்ளுபவர்கள் இவர்களே. இவர்களுக்கு வரும் சிரமங்கள் இவர்களது தெய்வ நம்பிகையை வலுப்படுத்தவே வருகின்றது. நம்பிக்கையுடன் இருந்தால் சீக்கிரமே சிரமங்கள் நீங்கிவிடும்.

அதிஷ்ட திகதி : 07,16,25

அதிஷ்டமில்லா திகதி : 9,18,27 / 8,17,26

துணைவர் பிறந்த திகதி : 7,16,25

அதிஷ்ட நிறம் : இளம் பச்சை

இரத்தினம் : முத்து

த.சிவசுமார்

உதவிக்கல்விப்பணிப்பாளர்,
வலயக்கல்வி அலுவலகம்,
யாழ்ப்பாணம்.

மனவளர்ச்சிக் குறை ஒரு நோயல்ல அறிவு வளர்ச்சி நின்றவிடம் நிலையாகும்.

மனவளர்ச்சிக்குறை Mental Re- tardation

இன்றைய நவீன உலகிலே விஞ்ஞான தொழில்நுட்ப முன்னேற்றத்தில் மனிதன் பல சாதனைகளைப் படைத்துள்ள போதிலும் மாற்று ஆற்றலுடையோரின் பிறப்பை தடுக்க முடியாதுள்ளது. இதற்கு காரணம் மனிதனின் வாழ்க்கை முறையில் ஏற்பட்ட மாறுதல்கள் ஆகும். அந்த வகையில் மன வளர்ச்சிக் குறைபாடானது அறிவுசார் குறைபாடுகள் பலவற்றுடன் தொடர்புபட்டுள்ளது எனலாம்.

மன வளர்ச்சிக்குறை என்பது உடலிலோ அல்லது உணர்வு உறுப்புக்களில் ஏற்படும் ஊனமன்று இது மூளையுடனும் அதன் தொழிற்பாடுகளுடன் தொடர்புபட்டது ஆகும்.

மூளையின் செயற்பாடுகளில் மிகவும் முக்கியமானது அறிவு வளர்ச்சி இதனால் நுண்ணறிவுப் பெருக்கம் ஏற்படுகின்றது. ஆனால் இவர்களுக்கு அறிவு, வளர்ச்சி தடைப்படுவதனால் இவர்களால் முன்னேற்ற முடியாத நிலையில் உள்ளனர். மனவளர்ச்சி குன்றியவர்களுக்கு மாஸ்லோ குறிப்பிடும்

அடிப்படைத் தேவைகளான பசி, தாகம், உறக்கம் போன்றவற்றை அடைவதிலும் இடர்படுவர். இவர்களில் சிலர் அறிவுரீதியாக மட்டுமன்றி உடல் ரீதியாகவும் பாதிக்கப்பட்டிருப்பர்.

மனவளர்ச்சிக்குறை தொடர்பான பொதுவான பிரச்சினைகள்

1. மெத்தனப் போக்கு
2. தெளிவற்ற பேச்சு
3. கற்பதில் தாமதம்
4. புரிந்து கொள்வதில் சிரமம்
5. தீர்மானம் எடுப்பதில் சிரமம்
6. கவனக்குறைவு
7. உணர்வுகளை கட்டுப்படுத்த இயலாமை
8. குறுகிய கால நினைவாற்றல்
9. உணவு உண்பதில் சிரமம்
10. வளர்ச்சியில் தாமதம்.

மனவளர்ச்சிக்குறை ஒரு மன நோய் அல்ல இரண்டிற்கும் இடையில் நிறைய வேறுபாடுகள் உண்டு.

மனவளர்ச்சிக்குறை மனநோய்

மனவளர்ச்சிக்குறை	மனநோய்
உணமம்	நோய்
மருந்துகளால் குணப்படுத்த இயலாது.	குணப்படுத்தலாம்
அறிவு வளர்ச்சிக் குறைவு	அறிவு வளர்ச்சி சாதாரணமானதாக அல்லது கூடுதலாக இருக்கலாம்.
வளர்ச்சி தாமதம் மிக முக்கிய பங்கு வகிக்கும்	வளர்ச்சி தாமதம் ஏற்படுவதில்லை
உடல் அமைப்பில் சில மாற்றங்கள் இருக்கும்	மாற்றங்கள் இல்லை
மாயக்காட்சிகள் ஏற்படுவதில்லை	மாயக்காட்சிகள் ஏற்படும்
தற்கொலை எண்ணங்கள் ஏற்படுவதில்லை	தற்கொலை எண்ணங்கள் ஏற்படும்
மற்றவர் மீது சந்தேகம் வருவதில்லை	சந்தேகப்படுவர்

மனவளர்ச்சிக்குறை பற்றி முதல் வரையறை கொடுத்தவர் எஸ்கிரால் Esquirol ஆவார். இவர் மனவளர்ச்சிக்குறை ஒரு நோயல்ல "வளர்ச்சி நின்று விடும் நிலை" என்றார்.

மருத்துவ சட்ட நிபுணரான டிரட்கோல்ட் Tredgold என்பவர் "முழுமையான அல்லது சாதாரண வளர்ச்சி அடையத்தவறிய மனதின் நிலையே மனவளர்ச்சிக்குறை" என்றார்.

கல்வியியல் நிபுணரான இங்ராம் Ingram என்பவரது கருத்துப்படி "ஆண்டு தோறும் உள்ள கல்வியளவினைச் சந்திக்கத் திராணி

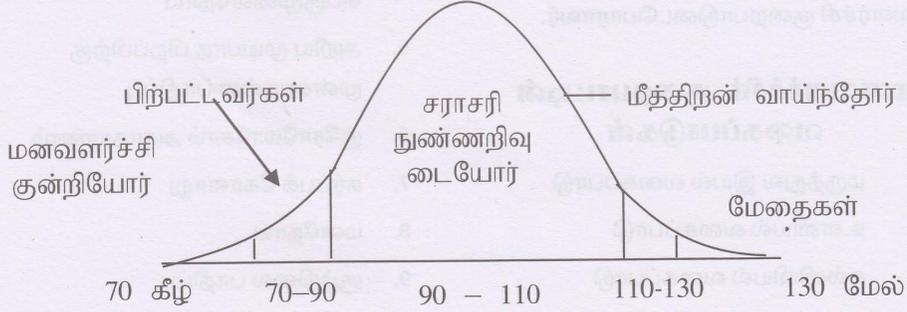
யற்ற நிலை" என்றார்.

1983 ஆம் ஆண்டு மனவளர்ச்சிக் குறைக்கான அமெரிக்க சங்கத்தின் கருத்து. "குறிப்பிடத்தக்கவாறு சராசரிக்கும் கீழான பொது நுண்ணறிவு இயக்கம் அதன் காரணமாகவோ அல்லது அதனோடு ஒருங்கிணைந்த ஆற்றல் குறைவு ஆகியவை வளர்ச்சிக் காலத்தில் வெளிப்படுதலே மனவளர்ச்சிக் குறை எனலாம்.

01. நுண்ணறிவு ஈவுப்பரவல் அடிப்படையிலான வகைப்பாடு

நுண்ணறிவு எவ்வளவு என்பதை	சதவீதம்	வகைப்பாடு
1. 70 - கீழ்	2%	மனவளர்ச்சி குன்றியோர்
2. 70 - 90	14%	பிற்பட்டவர்

3. 90 - 110	68%	சராசரி நுண்ணறிவுடையோர்
4. 110 - 130	14%	மீத்திறன் வாய்ந்தோர்
5. 130 - மேல்	2%	மேதைகள்



02. பொருத்தமான நடத்தையில் ஏற்படும் ஒருங்கிணைந்த ஆற்றல் குறைவு

பொருத்தமான நடத்தை என்றால்

சூழ் நிலைகளுக்கு ஏற்றவாறு நடந்து கொள்ளுதல் எனலாம். மனவளர்ச்சி குன்றியோரது நடத்தைக் கோலங்கள் பின்வரும் கால வயதில் ஒருங்கிணைந்த ஆற்றல் குறைவு ஏற்படும்.

1. சிசுப்பருவம் மற்றும் முன்குழந்தைப் பருவம்

- * உணர்வு மற்றும் இயக்கத்திறன் வளர்ச்சி
- * தொடர்பு கொள்ளும் திறன்கள்
- * தன்னுதவித் திறன்கள்
- * சமூக ஈடுபாடு

2. குழந்தைப் பருவம் மற்றும் குமரப்பருவம்

- * தினசரி வேலைகளுக்குப் பயனளிக்கும் அடிப்படைக் கல்வித்திறன்கள்.
- * சுற்றுப்புறங்களின் மேல் காரணகாரியங்களைத் தகுந்தவாறு பிரயோகித்தல்.
- * சமூகத்திறன்கள்.

3. பின் குமரப் பருவம் மற்றும் வயது வந்தோர் பருவம்

- * வேலை மற்றும் சமூகத்திலுள்ள பொறுப்பு மற்றும் நடத்தைகள்
- * திருமணம் மற்றும் குடும்ப நிர்வாகம்

மேலே கூறப்பட்ட கால வயதில் அடைய வேண்டிய திறன்களை அடையாமல் பொருத்தமான நடத்தையில் ஏற்படும் செயற்பாட்டுக்குறை ஒருவனை சாதாரணமானவர்களிடம் இருந்து பிரித்துக் காட்டும்.

03. வளர்ச்சிக் காலம்

ஒரு குழந்தையின் வளர்ச்சிக் காலத்தை

இது குறிக்கும். குழந்தை கருவில் உருவானது முதல் அதன் 18ஆவது பிறந்த நாள் வரையுள்ள கால கட்டத்தில் நுண்ணறிவு இயக்கத்தில் ஏற்படும் பொருத்தமான நடத்தையில் ஏற்படும் செயற்பாட்டுக் குறைவு ஒருங்கிணைந்து உண்டாகுமானால் அக்குழந்தை மனவளர்ச்சி குறைபாடுடையோராவர்.

மனவளர்ச்சிக் குறைபாட்டின் வகைப்பாடுகள்

1. மருத்துவ இயல் வகைப்பாடு
2. உளவியல் வகைப்பாடு
3. கல்வியியல் வகைப்பாடு

மருத்துவ இயல் வகைப்பாடு

மன வளர்ச்சிக் குறைவுக்கான காரணவியலை வைத்து மருத்துவ இயலாளர் 10 வகைப்பாட்டினை உருவாக்கியுள்ளனர்.

1. தொற்றுநோய் மற்றும்

விஷப்பொருட்களை உட்கொள்ளல்.

2. காயம் அல்லது வெளிப்புறப் பாதிப்பு
3. வளர்சிதை மாற்றம் அல்லது சத்துக்குறைவு
4. பிறப்பிற்குப்பின் ஏற்படும் பெருமூளைநோய்
5. அறிய முடியாத பிறப்பிற்கு முன்னருள்ள பாதிப்பு
6. குரோமோசோம் அசாதாரணம்
7. கர்ப்பக் கோளாறு
8. மனநோய்
9. சூழ்நிலை பாதிப்பு
10. மற்ற பாதிப்புகள்

உளவியல் வகைப்பாடு

நுண்ணறிவு ஈவு அடிப்படையில் உளவியல் வகைப்பாடு அமைகின்றது.

வகைப்பாடு	நுண்ணறிவு ஈவு பரவல்
குறைவான மன வளர்ச்சிக்குறை	50 - 70
மிதமான மன வளர்ச்சிக்குறை	35 - 49
தீவிரமான மன வளர்ச்சிக்குறை	20 - 34
பூரண மன வளர்ச்சிக்குறை	20 கீழ்

குறைவான மனவளர்ச்சிக்குறை

இப்பிரிவைச் சேர்ந்தோரே மனவளர்ச்சி குறைந்தவர்களின் மொத்த எண்ணிக்கையில் அதிகமானவர்கள் ஆவார்.

- * குழந்தைகளாக இருக்கும் போதே வளர்ச்சியில் தாமதமாகவும், உடல் இயக்கத்தில் மந்தமாகவும் இருப்பர்.
- * அபாயகரமான காரியங்களில்

எவ்வித பயமும் இல்லாமல் ஈடுபடுவர்.

- * எதிலும் அக்கறையோ சுறுசுறுப்போ இல்லாமல் இருப்பர்.
- * எதையும் அறிந்து கொள்ளவோ அல்லது தாமே ஒரு காரியத்தை செய்ய வேண்டும் என்ற ஆர்வமோ இருக்காது.
- * ஏன் எதற்கு என்று காரணம் கேட்காமல் சொன்ன படியே செய்வர்.

மிதமான மனவளர்ச்சிக்குறை

- * சுயமாக உழைத்துச் சம்பாதித்து தங்களது வாழ்க்கையை நடத்துவதற்கும் சமூகத்திலே சுமுகமாக இணைந்து வாழவும் இயலாது.
- * இவர்களது அடிப்படைத் தேவைகளை செய்வதற்கான பயிற்சியை வழங்க முடியும்.
- * சாதாரண பாடசாலைகளில் கற்பதற்கான ஆற்றல் போதாது.
- * தொழிற்பயிற்சிகள் வழங்கி சுயதொழில் முயற்சிகளில் ஈடுபடுவதற்கு வழிப்படுத்தல்

தீவிரமான மனவளர்ச்சிக்குறை

இவர்களது அறிவு வளர்ச்சி மிகவும் குறைந்த மட்டத்தில் இருக்கும்.

- * பெரும்பாலானோருக்கு மனவளர்ச்சிக்குறை மட்டுமன்றி உடல் குறைபாடும் இருக்கும்.
- * தீவிர மூளை வளர்ச்சிக்குறைவால் பக்கவாதம், வலிப்பு போன்றவையும் 50 சதவீதமானோருக்கு ஏற்பட வாய்ப்பு உள்ளது.
- * மற்றவர்களின் துணையில்லாமல் இவர்களால் எதையும் செய்ய முடியாது.
- * பயிற்சியளிப்பதன் மூலம் இவர்களது அன்றாட அடிப்படைத் தேவைகளை நிறைவேற்ற வழிப்படுத்த முடியும்.

பூரண மனவளர்ச்சிக்குறை

- * இவர்களால் ஒன்றுமே சொந்தமாக செய்ய முடியாது.

- * இவர்களது எல்லாத் தேவைகளையும் மற்றவர்களே செய்து கொடுக்க வேண்டும்.
- * உடலியக்கமும் இவர்களுக்கு கடினமானதாகும்.
- * இலகுவில் தொற்று நோய்களுக்கு ஆளாவர். இவர்களது ஆயுள் காலம் மிகக்குறைவானதாகும்.

கல்வியியல் வகைப்பாடு

மனவளர்ச்சி குன்றியோரின் செயற்பாட்டை அடிப்படையாகக் கொண்டு கல்வியியலாளர்கள் பின்வருமாறு வகைப்படுத்தியுள்ளனர்.

குழுக்கள்	நுண்ணறிவு நவபரவல்
கல்விக்கு உட்பட்ட-குழு	50 - 70/75
பயிற்சிக்கு உட்பட்ட-குழு	30 - 50
பாதுகாப்பிற்கு உட்பட்டகுழு	30 - கீழ்

கல்விக்கு உட்பட்ட குழு

- * இக்குழுவில் உள்ளோர் குறைவான மனவளர்ச்சி குன்றியோராவர்.
- * இவர்களால் தரம் 6 வரை கல்விகற்க முடியும்.
- * சமூகத்தோடு ஒத்துப்போகப் பயிற்சியளித்தால் அவற்றைப் பின்பற்றும் மனப்பக்குவம் இவர்களுக்குண்டு.
- * தொழிலைக் கற்றுக்கொடுத்தால் அதனைச் செய்து தன் தேவைகளை

நிறைவேற்ற பணம் ஈட்டும் திறமை
உண்டு

- * எவருடைய உதவியுமின்றி
இவர்களால் தன்னிச்சையாக
இயங்க இயலாது.

பயிற்சிக்கு உட்பட்ட குழு

- * இக்குழுவில் உள்ளோர் மிதமான
மனவளர்ச்சி குன்றியோராவார்.
- * தரம் 1, 2 வகுப்புக்களில் கல்வி பயில
முடியும்.
- * எவ்வித பயிற்சியும் வழங்கப்படா
விட்டால் இவர்களது நிலை
மோசமாகிவிடும்
- * அன்றாட தேவைகளை நிறைவேற்ற
பயிற்சியளிக்கப்பட வேண்டும்.
- * வளர்ந்த பின்னர் இடர்காப்புத்
தொழில்களில் பயிற்சியளித்து
ஈடுபடுத்த முடியும்.
- * இவர்களுக்கு தொடர் கண்காணிப்பு
அவசியம்.

பாதுகாப்பிற்கு உட்பட்ட குழு

இக்குழுவில் உள்ளோர் தீவிர மனவளர்ச்சி
குன்றியோரும் பூரண மனவளர்ச்சி குன்றி
யோரும் ஆவர்.

- * இவர்களால் அன்றாடத்
தேவைகளையும் தன்னுதவித்
தேவைகளையும் நிறைவேற்ற
முடியாது. மற்றவர்களில்
தங்கியிருப்போர்.
- * தன்னிச்சையாக எதுவும் செய்ய
முடியாது.
- * இவர்களுக்கு தொடர்

கண்காணிப்பும் மேற்பார்வையும்,
பாதுகாப்பும் அவசியம்.

- * இவர்களை தன்னுதவிச்
செயற்பாடுகளை செய்வதற்கு
பயிற்றுவித்தாலே மாபெரும்
வெற்றியாகும்.

மனவளர்ச்சிக்குறை தோன்றுவதற்கான காரணங்கள்

மனவளர்ச்சிக் குறைக்கு மிக முக்கிய
காரணம் நரம்பு மண்டலத்தில் ஏற்படும்
பாதிப்பாகும் இது நரம்பு மண்டலத்தின் கேந்
திரமையமான மூளையை பல வழிகளில்
பாதிப்படையச் செய்வதனால் இந்நிலைமை
ஏற்படுகின்றது.

மூளையைப் பாதிப்புக்கு உட்படுத்தும் காரணிகள்

1. கர்ப்பத்திற்கு முன்
2. பிரசவத்தின் போது
3. குழந்தை பிறந்த பின்பு

கர்ப்பத்திற்கு முன்பு

1. தாயின் ஆரோக்கியம்
 2. ஜீன் கோளாறுகள்
 3. குரோமோசோம் மாறுபாடுகள்
 4. தாயின் வயது
- * கருத்தரிப்பதற்கு முன்னர் தாய்
ஆரோக்கியமாக இருக்க வேண்டும்.
 - * ஜீன் கோளாறுகளோ
குரோமோசோம் மாறுபாடுகளோ
இல்லாதிருக்க வேண்டும்.
 - * ஜீன் கோளாறுகளினால் நரம்பியல்

மற்றும் வளர்சிதை மாற்றக் குறைபாடுகள் Metabolic disorders - ஏற்படுகின்றன.

- * குரோமோசோம் மாறுபாடுகளினால் டவுன்சின்ட்ரோம் (Down's Syndrome) அறிகுறி ஏற்படலாம்.
- * தாயின் வயது 18 குறைந்தோ 35 அதிகமாகவோ இருக்குமானால் மனவளர்ச்சிக் குறை ஏற்பட அதிக வாய்ப்பு உள்ளது.

பிரசவத்திற்கு முன்பு

கருத்தரிக்கும் நாளிலிருந்து குழந்தை பிறக்கும் நாள் வரைக்குமான காலகட்டமாகும்.

1. அதிகப்படியான கர்ப்பங்கள்
2. பிராண வாயுக்குறைவு
3. மத்திய நரம்பு மண்டல வளர்ச்சிக்குறைவு
4. சுர் ஒவ்வாமை
5. முதிராப் பிரசவம்
6. வளர்சிதை மாற்றக்குறைபாடு
7. மாற்றுருப் பிறப்புக்காரணிகள்

பிரசவத்தின் போது

- * பிரசவத்திற்கு முன்பே பிரிந்து விடும் நச்சுக்கொடி
- * 18 குறைந்த 35 மேற்பட்ட வயதுடைய தாயின் முதற் பிரசவம்.
- * பிறப்பு வழி குறுகியிருத்தல்
- * பிரசவத்தின் போது கருப்பையின் இயக்கம்.
- * ரிலாக்ஸின் (Relaxin) எனும் ஓமொன்

குறைபாடு

- * குழந்தையின் கழுத்தை நச்சுக்கொடி சுற்றியிருத்தல்
- * ஆயுதப் பிரசவத்தின் போதான நிலைமைகள்.

பிரசவத்தின்பின்

1. சிசு மஞ்சள் காமாலை
2. ஹார்மோன் காரணங்கள்
3. மத்திய நரம்பு மண்டலத்தின் பின்வளர்ச்சி
4. நரம்பு விசப்பொருட்கள்

மன வளர்ச்சிக்குறைவும் உடலமைப்பு மாறுபாடுகளும்

மனவளர்ச்சி குன்றியோரில் பல வகையினர் உள்ளனர்.

பொதுவகையினர் Familial Types

நுண்ணறிவை உபயோகிக்கும் செயல்களில் மற்றவர்களிலிருந்து மாறுபடுவோரை பொது வகையினர் எனலாம்.

சிறப்பு வகையினர் Special Types

- * ஒருவரை பார்த்தவுடன் அவர் மனவளர்ச்சி குன்றியவர்கள் என எளிதாகக் குறிப்பிடக்கூடியோர் சிறப்பு வகையினராவர்.
 - * சிறப்பு வகையினரின் உடலமைப்பில் ஏற்படும் மாறுபாடுகளை கொண்டு இலகுவாக கண்டு கொள்ளலாம். அத்தகையவர்கள் பின்வருமாறு
1. நீர்த்தலை Hydrocephalus

2. சிறுதலை Microcephaly
3. கிரடினிஸம் Cretinism
4. டான் அறிகுறி Down syndrome

மனவளர்ச்சிக்குறைவைத் தடுக்கும் முறைகள்

1. முதல் நிலை தடுப்பு முறைகள்

மனவளர்ச்சி குன்றிய குழந்தைகளைப் பிரசவிக்காமல் இருப்பதற்கு மேற்கொள்ளப்படும் வழிமுறைகளை முதல் நிலை தடுப்பு முறைகள் எனலாம்.

- * பொதுக்கல்வி முறை
 - * இரத்த சம்பந்தமான திருமணங்களைத் தடுத்தல்
 - * ஜீன் பற்றிய ஆலோசனை
 - * இரத்தப் பரிசோதனை
 - * தாயின் வயது மற்றும் குடும்பக்கட்டுப்பாடு
 - * சத்துணவுக் குறைபாட்டை தவிர்த்தல்
 - * கதிர்விச்சுத் தடுப்பு
 - * மருத்துவப் பரிசோதனை
 - * பிரசவச் சிக்கல்களைத் தவிர்த்தல்
 - * நோய்த்தடுப்பு
2. இரண்டாம் நிலை தடுப்பு முறைகள்
 - * பிறந்த மனவளர்ச்சிக் குறையுடைய பிள்ளையின் குறைபாடு அதிகரிக்காமல் இருப்பதற்காக எடுத்துக்கொள்ளப்படும் முறைகளாகும்.

- * இக்குறைபாட்டை சிறிய வயதில் இனங்கண்டு உரிய மருத்துவச்சிகிச்சை வழங்குதல்.

3. மூன்றாம் நிலை தடுப்புமுறைகள்

மனவளர்ச்சி குன்றிய குழந்தைகள் வளர்ச்சியடைந்து வரும் காலகட்டத்தில் சமூகத்தோடு இசைந்து வாழ்வதற்கான சகலவிதமான உரிமைகளையும் வழங்கி உட்படுத்தலாம்.

1. பெற்றோர் ஆலோசனை
2. விசேட பாடசாலைகளில் சேர்த்தல்
3. விசேட தங்குமிட வசதி வாய்ப்புக்கள்
4. இடர் காப்புத் தொழிற்சூடம்
5. தொழிற்பயிற்சியும் வேலைவாய்ப்பும்
6. செயற்பாட்டு மையங்கள்

போன்ற புனர்வாழ்வுத்திட்டங்களை நடைமுறைப்படுத்துதல் தொகுத்து நோக்குமிடத்து மனவளர்ச்சிக் குறை என்பது ஒரு நோய் அல்ல மூளையின் தொழிற்பாட்டுக் குறைவினால் ஏற்படும் அறிவுசார் குறைபாடாகும். இந்நிலைமையை தீவிரப்படுத்தாமல் உரிய மருத்துவ ஆலோசனையுடன் சிறந்த பயிற்சியை வழங்கி அவர்களையும் சமூகத்தின் சொத்துக்களாக மாற்றுவதற்கு நாம் அனைவரும் பாடுபடுவோம்.

எழுதுங்கள் வெல்லுங்கள்

போட்டி இல.11 வினாக்கள்

1. இலங்கையின் தற்போதைய எதிர்த் கட்சி தலைவரின் பெயர் என்ன?
2. கனடாவின் தலைநகரம் எது?
3. கிளிறிசிடியா தாவரத்தின் குடும்பம் எது?
4. சூரியமண்டலத்தில் மிக உயரமான ஒலிம்பசு மலை எங்குள்ளது?
5. ஒலிம்பியாவின் சேயுஸ் சிலையினை செதுக்கிய சிற்பி யார்?
6. "இழந்த சொர்க்கம்", "மீண்ட சொர்க்கம்" எனும் படைப்புக்களை வெளியிட்டு உலக பிரபலமான பார்வையற்ற எழுத்தாளர் யார்?
7. "காலை இழந்த மாற்றுத்திறனாளியான டொரி பாக்ஸ் மரதன் ஒட்ட மூலம் சாதனை படைத்தார்" இவர் எத்தனை நாட்கள் எவ்வளவு தூரத்தை ஓடி முடித்தார்?
8. உளக் குறைபாடு உடைய பிள்ளைகளுக்கு கற்பிப்பதற்கு மகரகம் ஆசிரியர் பயிற்சி கலாசாலையில் விஷேட டிப்ளோமா பயிற்சி நெறி ஆரம்பிக்கப்பட்ட ஆண்டு எது?
9. டவுன் சின் றம் என்றால் என்ன?
10.  எனும் சைகை மொழி குறிக்கும் ஆங்கில எழுத்து யாது?

இவ் வினாக்களுக்குரிய சரியான விடைகளை கீழ் உள்ள புள்ளிக்கோட்டில் எழுதி அனுப்புங்கள். இப் படிவத்தில் எழுதி அனுப்பி வைக்கப்படும் விடைகள் மட்டுமே ஏற்றுக் கொள்ளப்படும்.

விடைகளை 30.10.2016 க்கு முன்னர் எங்கு கிடைக்கக்கூடியவாறு அனுப்பிவைப்புங்கள். சரியான விடைகளை எழுதி அனுப்பும் வெற்றியாளர்களுக்கு பரிசில்கள் வழங்கப்படும்.

போட்டி இல - 10 விடைகள்

1. வில்லியம் கோபல்லாவ
2. எழு சகோதரிகள்
3. மெறிண்டா ரிங்ரோறியா
4. ஜவஹர்லால் நேரு
5. வல்லில் ஓரி
6. ஏப்ரல் - 2
7. நடிப்புத்துறை
8. Comgotho phi lateral scierosis
9. 1912 இரத்தமலனை
10. 1943 கன்னங்கரா அறிக்கை

அனுப்ப வேண்டிய முகவரி :

எழுதுங்கள் வெல்லுங்கள்

கருவி

மாற்றுத்திறனாளிகளின் சமூக வள நிலையம்

இல.1166/15 அருளம்பலம் வீதி.

நல்லூர் வடக்கு, யாழ்ப்பாணம்.

எழுதுங்கள் வெல்லுங்கள்

- 01.....
- 02.....
- 03.....
- 04.....
- 05.....
- 06.....
- 07.....
- 08.....
- 09.....
- 10.....
1. முஸ்லிம் பெயர்:
2. சூலி முகவர்:
3. தொலைபேசி இலக்கம்
4. சிறந்த சிவன், மாதம், திகதி

வலுவிடம் கேளுங்கள்

மாற்றுத்திறனாளியாக இருக்கின்ற ஒருவரை நான் திருமணம் செய்ய விரும்புகின்றேன். அவரும் என் மீது மிகுந்த அன்பு கொண்டுள்ளார். இதற்கு எனது பெற்றோர்கள் உடன்படுகின்றார்கள் இல்லை. முடிவெடுப்பதற்கு வலுவால் உதவமுடியுமா? - வதனி, யாழ்ப்பாணம்.

முடிந்தவரை உங்கள் நிலையை பெற்றோருக்கு விளங்கவையுங்கள். மாற்றுத்திறனாளியாக இருக்கின்ற ஒருவரைத் திருமணம் செய்து இந்த சமூகத்தில் பலர் நல்லபடியாக வாழ்ந்துகொண்டிருக்கின்றார்கள். இதைப் பெற்றோருக்குப் புரியவையுங்கள். உங்களின் முயற்சி பெற்றோரின் ஆசீர்வாதத்துடன் நடைபெறுவதே சிறந்தது. அது தவறும் பட்சத்தில் அது தவறும் பட்சத்தில் உங்கள் அன்பினதும் சூழ்நிலையினதும் எல்லையைப் பொறுத்து ஆரோக்கியமானதும் மகிழ்ச்சியானதுமான முடிவுகளைத் தாங்கள் எடுத்துக்கொள்ளுங்கள்.

கருவியின் ஆண்டு விழா - 2016



சீமந்த சலவைக்கும்!
ரேசிசிமும் ஁சண்கரக்கும்!

Shine Detergent Liquid



- * உயர்தர நுட்ப முறையில் தயாரிக்கப்பட்ட Shine திரவ சலவை சவர்க்காரம்
- * ஆடைகளினதும் சலவை இயந்திரத்தினதும் பாவனைக் காலத்தை கூட்டவல்லது
- * இலகுவில் கரையும் தன்மை கொண்டது
- * கைகளுக்கு பாதிப்பை ஏற்படுத்தாது
- * நீர் சிக்கனத்திற்கு உகந்தது
- * சாதாரண சலவைக்கும் இயந்திர சலவைக்கும் மிகவும் உன்னதமானது

Manufactured & Distributed By:

Karavi Centre for Social Resource of Differently Aabled
1166/15, Arulampalam Lane, Nallur North, Jaffna.

Tel: 021 321 8059 / 0777 158329

email: karuvi.pro@gmail.com



ISSN 2513-2989



9 772513 298007

தேவி Printers, Jaffna. 021 222 9669