விலை: 50/=
www.tamilan24.com

தமிழன் 24

தரணி வாழ் தமிழர்களின் இதய ஒலி

MONTHLY MAGAZINE
ISSUE - 001 | APRIL 2016

போட்டி இல்லை பரிசு உண்டு

விபரங்கள் உள்ளே...

தமிழ், சிங்கள புத்தாண்டு
வாழ்த்துக்கள்

இலங்கையில் இசைப்புயல்

உங்கள் சொகுசு பயணத்துக்கு
YAMAHA
நீண்டகால பாவனையின் உத்தரவாதம்
FZ
YZF R15
SALUTO
FAZER
RAY Z
ALPHA
RAY
DIGITAL ELECTRONICS
Jaffna, Nelliyady, Chunnagam, Mullaithivu
Tel: 077 66 23 824, 021 22 24 040
யாழ்ப்பாணத்தில் அனைத்துவிதமான YAMAHA மோட்டார் சைக்கிள்களை பெற்றுக்கொள்ள நீங்கள் நாடவேண்டிய இடம்

www.tamilan24.com

தமிழன் 24

தரணி வாழ் தமிழர்களின் இதய ஒலி

TAMILAN 24 Magazine

333, Ferguson Road, Colombo 15

Telephone: 0117446345

Email: tamilan24.com@gmail.com

Website: www.tamilan24.com

● இதழ் 001 ● ஏப்ரல் 2016

நிர்வாக ஆசிரியர் : ந. மோகனதாஸ்

பிரதம ஆசிரியர் : ஏ.ஜே.எம். பிறவ்ஸ்

நிருபர்கள் : பா. மலரம்பிகை

செ. தர்ஷிகா

பீ.எப்.எம். றிஷாட்

கே. சுபானி

பக்க வடிவமைப்பு : கே. அருண்பிரசாத்

விநியோக பிரிவு : கியாஸ் அஹமட்

அச்சகம் : Caxton Printer

தயாரிப்பு : PRESS Grapix solution for design & publication

விளம்பர பீடம்

விளம்பர முகாமையாளர்

333, பொர்குசன் வீதி, கொழும்பு 15

தொலைபேசி: 0117446345 / 0777731180

தமிழன் 24 யாழ். கிளை

46/2, கச்சேரி கிழக்கு வீதி,

சுண்டுக்குளி, யாழ்ப்பாணம்

தொலைபேசி: 0212219161 / 0778746463

ஹனீபா ஹோட்டல் அன்ட் டீ றூம்

222, பிரதான வீதி, கல்முனை

தொலைபேசி: 0674900075 / 0772481080

சந்தாதாரர்

தமிழன் 24 சஞ்சிகையை தபால்மூலம் பெற்றுக்கொள்ள உங்களது பெயர், முகவரி என்பவற்றை குறிப்பிட்டு 0117443645 என்ற இலக்கத்துக்கு SMS அனுப்பி, மேலதிக விபரங்களை பெற்றுக்கொள்ளுங்கள்.

முக்கிய அறிவித்தல்:

ஆக்கங்களை எழுதி அனுப்புவோர் A4 தாளில் 2 பக்கங்களுக்கு மேற்படாமல் எழுதவேண்டும். வாசகர்களின் ஆக்கங்களில் மாற்றம் செய்யும் உரிமை ஆசிரியர் பீடத்துக்கு உண்டு.

போட்டி இல்லை பரிசு உண்டு

வெல்லுங்கள் 1000/- RELOAD

என்ன செய்வது

தமிழன் 24 சஞ்சிகை பற்றிய உங்களது குறை, நிறைகள், ஆலோசனைகள், ஆக்கபூர்வமான கருத்துகளை எமக்கு எழுதியனுப்புங்கள். உங்களது கருத்துகளை சஞ்சிகைக்குள் இருக்கும் 'தமிழன் 24 கருத்துப்பேழை' படிவத்தில் மாத்திரம் எழுதி தபால் மூலம் அனுப்ப வேண்டும். ஆக்கபூர்வமான கருத்துகளை எழுதுவோரில் மூவருக்கு தலா 1000 ரூபா வீதம் ரீலோட் வழங்கப்படும்.

முடிவுத்திகதி: 25.04.2016

சஞ்சிகைக்குள் 'தமிழன் 24 கருத்துப்பேழை' படிவம் இல்லையெனின் முகவரிடம் கேட்டு வாங்குங்கள்

இனிதே மலரும் சித்திரைப் புத்தாண்டு

பா.மலரம்பிகை

குயில்கள் கூவும் சத்தங்களுடன், பூத்துக் குலுங்கும் மரங்களின் மீது பறவைகளின் கீச்சிடும் சத்தங்களுடன் சித்திரை வசந்த காலம் உதயமாகிறது. இந்த வசந்த காலத்துடன் இன ஒற்றுமையை வலியுறுத்தும் தமிழ், சிங்கள புத்தாண்டு ஆரம்பமாகிறது.

இந்துக்களும், பௌத்தர்களும் தங்கள் மதங்களின் பாரம்பரிய கலாசாரமாக கொண்டாடும் புது வருடமாக இலங்கையில் புத்தாண்டுக் கொண்டாட்டங்கள் காணப்படுகின்றன. இவ்விரு சமூகமும் புரிந்துணர்வு, ஒற்றுமையுடன் ஒன்றிணைந்து இதனைக் கொண்டாடுகின்றன.

இந்துக்களின் புத்தாண்டு

இந்துக்களின் வழக்கப்படி பழைய வருடம், புதுவருடம் என உள்ளன. ஏப்ரல் 13ஆம் திகதி பழைய வருடமாகவும், ஏப்ரல் 14ஆம் திகதி புதுவருடமாகவும் இந்துக்கள் கொண்டாடுகின்றனர். இதன் நோக்கம் பழையன கழிதல் புதியன புகுதல் என்பதாகும்.

எனவே, பழைய விடயங்கள் கோபம், பொறாமை, மனஸ்தாபம் ஆகியவற்றை குறைத்து புதிய வருடத்தில் வாழ்தல் என பெரியோர்கள் கூறுவர். புதுவருடத்தன்று இந்துக்கள் பெரியோரின் ஆசியுடன் மருத்து நீர் வைத்து முழுகி, பொங்கிப் படைத்து, புத்தாடை அணிந்து கோயிலுக்கு சென்று வழிபட்டு, முதியோரை வணங்கி ஆசிர்வாதம் பெறுவர். கைவிசேடம் வழங்கி, வர்த்தக கொடுக்கல், வாங்கல் செய்து குடும்பத்தினர் ஒன்றிணைந்து உண்டு மகிழ்ந்து கொண்டாடுவர். இதுவே, காலம்காலமாக இந்துக்களின் நடைமுறையாகும்.

பௌத்தர்களின் புத்தாண்டு

இலங்கை சிங்களவர்களால் பழங்காலம் தொட்டே கொண்டாடி வரும் புத்தாண்டு ஏப்ரல் மாதம் 14ஆம் திகதியாகும். இந்த புத்தாண்டு கொண்டாட்ட முறை இலங்கையின் பழங்காலத் தமிழர்களின் வழியாக இலங்கையில் தோற்றம் பெற்ற தமிழர் புத்தாண்டு முறையே ஆகும். அதனாலேயே இலங்கையில் தமிழ், சிங்கள புத்தாண்டு என அழைக்கின்றனர். சிங்கள மொழியில் (அழுத் = புதிய, அவுருது = ஆண்டு) 'அழுத் அவுருது' என்று அழைக்கப்படுகின்றது. இலைதுளிர் காலத்தின் அரும்பில் இந்த புத்தாண்டு தொடங்குகின்றது.

சிங்கள மக்கள் புத்தாண்டு உணவு உண்பதில் பாரம்பரியத்தை கடைப்பிடிக்கின்றனர். நல்லநேரம் பார்த்து அடுப்பேற்றி சமைத்து, உணவுண்பர். தலைக்கு சுபநேரத்தில் வயதில் மூத்த ஒருவர் மூலம் அல்லது மதகுரு ஒருவர் மூலம் எண்ணெய் தேய்த்து நீராடி, புதிய வெள்ளை ஆடை அணிந்து, பௌத்த விகாரைகளுக்கு சிங்களவர் சென்று வழிபடுவர்.

கிரிபத் (பால்சோறு/ வெண் பொங்கல்) மற்றும் பிற பலகாரங்கள் செய்து, உறவினர் நண்பர்களுடன் பகிர்ந்து உண்டு களிப்பர். பெரியோரை மதித்து கைவிசேடம் பெறுவர். வர்த்தக வங்கிகள் கொடுக்கல், வாங்கல் நிகழ்வுகளை ஏற்பாடு செய்வர்.

'அவுருது உற்சவய' என்று அழைக்கப்படும் விளையாட்டு நிகழ்ச்சிகளிலும் ஈடுபடுவர், சிறுவர்கள் பட்டாசு கொளுத்தி மகிழ்வர். உற்றார், உறவினருக்கு பலகாரங்கள் பரிமாறி, பட்டாசு கொளுத்தி, கணக்குத் தொடங்கி வைத்து செய்யும் தொழிலினை ஆரம்பித்து கொண்டாடுகின்றனர். இதற்கேற்ற வகையில் இரு சமூகங்களும் புதுவருடத்தில் உறவினர் வீடுகளுக்கு சென்று குசலம் விசாரித்து, பலகாரம் உண்டு, தேநீர் அருந்தி மகிழ்வுறும் நிகழ்வுகளும் இடம்பெறுகின்றன.

இணைந்து விளையாடுதல்

புதுவருட விளையாட்டுகள் நகரங்களை விட கிராமங்களிலே களைகட்டும். புதுவருடத்துடன் கிராமங்களில் விளையாட்டுகளும் ஆரம்பிக்கின்றன. இளைஞர்கள், யுவதிகள் ஒன்றிணைந்து இந்த வசந்தகால புதுவருட கலாசார நிகழ்வில் பங்கேற்பர். முக்கியத்துவம் வாய்ந்த பாரம்பரிய விளையாட்டுகள் நடத்தப்படுகின்றன. இவை சமாதானத்திற்கும், ஒற்றுமைக்கும் வழி கோலுகின்றன.

புத்தாண்டு கலாசார மற்றும் வினோத விளையாட்டுகள் எல்லா இடங்களிலும் ஒரேநேரத்தில் நிகழ்வ தில்லை. சில இடங்களில் புத்தாண்டு அன்றே நடைபெறும். அநேக இடங்க ளில் தத்தமது வசதிக்கேற்ற நாட்களில் வைத்துக்கொள்வர்.

மாட்டுவண்டி சவாரி, பட்டம் விடுதல், மரதன் ஓட்டம், சைக்கிள் ஓட்டம், ஊஞ்சலாட்டம், சடுகுடு, போர்த்தேங்காய் அடித்தல், கொம் புடைத்தல், கும்மியடித்தல், ரபான் அடித்தல், வலுக்கு மரம் ஏறுதல், கயிறு இழுத்தல், பல்லாங்குழி விளை யாடுதல், தலையணை சண்டை, முட்டி உடைத்தல், யானைக்கு கண் வைத்தல், வினோத உடை, ஓட்டப் போட்டிகள், மறைந்திருக்கும் நபர் தேடுதல், அழகுராணி போட்டி/ அவு ருது குமாரி (சிங்கள கலாசார உடை யில்), ஆணழகன் போட்டி (சிங்கள கலாசார உடையில்) என எக்கச்சக்க மான போட்டிகள் நடாத்தப்படுகின் றன.

அரச விடுமுறை நாட்கள்

இலங்கை அரசு உத்தியோகபூர்வ மாக இரண்டு நாட்கள் பொது விடு முறை வழங்குகின்றது. ஆனால், அதி கமானோர் இதனை சில வாரங்கள் விடுமுறையாக எடுத்துக்கொள்வர்.

இப்புத்தாண்டு ஆரம்பிக்கும் முதல் நாள் தொடக்கம் ஒவ்வொரு நிகழ்வு களும் பஞ்சாங்கத்தின் குறிக்கப்படும் நேரங்களின் அடிப்படையிலேயே தொடங்கப்படும் (இது இரு சமூகங்க ளுக்கும் பொருந்தும்).

எனவே இப்பஞ்சாங்க நேரம் குறித் தலின் படி புத்தாண்டு நாளில் இருந்து (ஏப்ரல் 14) சில நாட்களுக்கு பின்பே வேலை மற்றும் பணி நிமித்தம் வெளிக்கிளம்பும் நாள் குறிக்கப்பட் டிருக்கும். அந்நாளிலேயே அதிகமா னோர் தத்தமது பணிக்கு மீள்வர். இவ்வாறு நேரம் பார்த்து வேலைக்கு செல்வது போன்றவற்றை அதிகமாக சிங்களவர்களே செய்வர்.

ஒற்றுமையும் வேற்றுமையும்

புத்தாண்டு பிறக்கப்போகிறது என் றால் வீடுகளுக்கு சுண்ணாம்பு அடித் தல் தமிழர்களின் பழக்கங்களில் ஒன் றாகும். சிங்களவர்களும் அப்படியே. தற்காலத்தில் சுண்ணாம்பு அடித்தல், வெள்ளை பூசுதல், வர்ணம் பூசுதல் என மாற்றம் பெற்றுள்ளது.

புத்தாண்டுக்கு முதல் நாட்களில் வீட்டை சுத்தம் செய்தல், (வீட்டின் மண் தரை) சாணம் இட்டு மெழு குதல், (வீட்டின் சீமெந்து தரை) கழுவுதல் போன்றவைகளும் தமிழர் போன்றே சிங்களவர்களும் செய்கின்ற னர். (சாணம் இட்டு வீடுகளை மெழு கும் வழக்கம் திராவிடரின் பழக்கவ ழக்கங்களில் ஒன்றாகும்.)

புத்தாண்டு பிறப்புக்கு சில நாட்க ளுக்கு முன்பிருந்தே, புத்தாண்டு நிகழ் வுகளை பஞ்சாங்க நேர கணிப்பீட் டின் படியே தமிழர்கள் செய்வது வழக்கம்.

சிங்களவர்களும் அப்படியே செய் கின்றார்கள். பஞ்சாங்கம் எனும் சொல், சிங்களவர்களால் பஞ்சாங்க என்று 'ம்' எழுத்தின் ஒலிப்பின்றி பயன்படுத்துகின்றனர். இச்சொல் தமி ழரின் வழக்கில் இருந்து சிங்களத் துக்கு சென்றதாக கொள்ளலாம். (பஞ் சாங்கம் என்பது தமிழில் வழங்கும் வடமொழி சொல்) அதேவேளை பஞ் சாங்கம் எனும் சொல்லுக்கு 'லித்த' எனும் வேறொரு சொல்லும் சிங்கள வர்களின் புழக்கத்தில் உள்ளது.

தமிழர்களின் புத்தாண்டில் முதன் மையானவற்றுள் ஒன்றாக இருப்பது, பலகாரங்களும் வாழைப்பழமும் ஆகும். சிங்களவர்களிடமும் அவை களே முக்கிய அங்கம் வகிக்கின்றது. புத்தாண்டுக்கு சில நாட்களுக்கு முன்பே வாழைக்குழைகள் பழுக்க வைக்கின்றனர்.

புத்தாண்டுக்கு சில நாட்களுக்கு முன்பே பலகாரம் மற்றும் தின்பண் டங்கள் செய்து புத்தாண்டு நாள் பாவ னைக்காக மண் முட்டிகளில் பத்தி ரப்படுத்தும் வழக்கம் பழந்தமிழர் தொட்டு இருக்கின்றது. இதுவும் சிங் களவர்களிடம் உண்டு.

இந்த புத்தாண்டுக்கான பலகாரம் மற்றும் தின்பண்டங்கள் பஞ்சாங்கத் தில் கணிக்கப்பட்ட நேரத்திலேயே தயாரிக்க தொடங்கவேண்டும் எனும் ஒரு வழக்கம் சிங்களவரிடையே உள் ளது. அதற்கு எண்ணைய் பாத்திரம் அடுப்பில் வைக்கும் நேரம் (தெல் வேலன்ன லிப்ப தகின்ன நெகத்த) எனக் கூறப்படுகின்றது. அந்நேரத்தி லேயே புத்தாண்டுக்கான தின்பண்டங் கள் தயாரிப்பதற்கு தீமூட்டி எண் ணைய் பாத்திரங்கள் அடுப்பில் வைக் கப்படுகிறது.

ஒரு குடும்பத்தில் யாரேனும் ஒரு வர் இறந்திருந்தால், அவ்வீட்டார் புத்தாண்டு கொண்டாடுவதில்லை. அவ்வீட்டாரை தீட்டு வீடு என்பது போல், சிங்களவர்கள் 'கிலி கே' (கிலி - தீட்டு, கே - வீடு) என்கின்றனர். அப்பொழுது அயலவர்களும் உறவி னர்களும் இவ்வீட்டாருக்கு உணவு மற்றும் தின்பண்டங்கள் வழங்கும் பழக்கமும் சிங்களவர்களிடம் உள்ளது. இதுவும் தமிழர்களிடம் காணப்படும் பழக்கவழக்கங்களில் ஒன் றாகும்.

மேலும், இப்புத்தாண்டை பௌத்த சிங்கள வர்கள் மட்டுமன்றி அதிகளவிலான சிங் கள கிறிஸ்தவர்களும் கொண்டாடுவதை பார்க்கக்கூடிய தாகவுள்ளது.

தயாரிக்கப்படும் தின்பண்டங்கள்

தமிழர்களின் புத்தாண்டில் முக்கி யமாக பலகாரம் மற்றும் பாசிப்பயறு பலகாரம் இருக்கும். சிங்களவர்க ளிடமும் அப்படியே, சிங்களவர்கள் தயாரிக்கும் கொண்டை பலகாரம் தமி ழரின் பழக்கத்தில் இல்லாத ஒன்று.

ஆனால், கொண்டை பலகாரம் என் பது தமிழர்கள் தயாரிக்கும் சாதாரண பலகாரம் போன்றே சுவை ஒன்று தான். வேறுபாடு அதன் வடிவமைப் பில்தான். பெண்களின் கொண்டை போன்று வடிவமைக்கப்பட்டிருக்கும்.

பாசிப்பயறு பலகாரம் தமிழர்களது போன்றே சிங்களவர்களும் தயாரிக் கின்றனர். இதன் சுவையிலோ தோற் றத்திலோ வேறுப்பாடுகள் இல்லை.

இவைதவிர கொக்கிஸ், அல்வா, வெளித்தலப்பா, பானிவலயல் போன் ற தின்பண்டங்களும் சிங்களவர்களின் புத்தாண்டில் காணப்படுகின்றது.

இவ்வாறு சிங்களப் புத்தாண்டு தமி ழரின் கொண்டாட்டங்களில் இருந்து சில வேறுபாடுகளை கொண்டிருந் தாலும், இவை தமிழரின் பண்பாட்டு பழக்கவ ழக்கங்களில் இருந்தே தோன்றி யவை என்பதை எவரும் மறுக்கமுடி யாது.

உயிர்பறிக்கும் அஸ்பெஸ்டஸ்

மலிவான விலையில் உறுதியான ஒரு கூரையை வாங்க முடியுமாக இருந்தால் அது அஸ்பெஸ்டஸாக இருக்க முடியும். அஸ்பெஸ்டஸ் எளிதில் தீப்பிடிக்காது என்பதற்காகவே வாகனங்களிலும், கப்பல்களிலும் அதை தாராளமாக பயன்படுத்துகின்றனர்.

சர்பன்டைன், அம்பிபோல் என்ற இருவிதமான அஸ்பெஸ்டஸ் உள்ளன. சர்பன்டைன் வகையில் கிரைசோலைட் என்ற வெண்ணிற அஸ்பெஸ்டஸ்தான் உலகளவில் 95 சதவீதம் பயன்படுத்தப்படுகிறது. உறுதி மட்டுமல்லாமல் வெப்பத்தை தாங்கும் திறனும் இருப்பதால் கட்டுமான பணிகள், மின்சாதனங்கள் உட்பட 3 ஆயிரம் வேலைகளில் இவை பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

இந்த அஸ்பெஸ்டஸ் எப்படி மனித ஆயுளை குறைக்கிறது என்று பார்த்தால் ஆச்சரியமாக இருக்கும். அஸ்பெஸ்டஸ் இழைகள் கண்ணுக்கு தெரியாத மிக நுண்ணிய துகள்களாக மாறக்கூடியவை. இந்த துகள்கள் வெற்று கண்ணுக்கு புலப்படாது. நுணுக்குக்காட்டி மூலம் பார்த்தால் மட்டுமே அவை புலப்படும். இவை எப்போதும் காற்றில் கலந்தே காணப்படும்.

அஸ்பெஸ்டஸ் உற்பத்தி செய்யும் இடத்தில் மட்டுமல்ல, எடுத்துச்செல்வது தொடக்கம் கழிவாக மாறி குப்பையில் வீசும்வரை சுற்றுச்சூழலை தொடர்ந்து மாசுப்படுத்திக் கொண்டே இருக்கும். இந்த இழைகள் ஒருமுறை காற்றில் கலந்துவிட்டால் போதும் நாம் சுவாசிக்கும்போது நுரையீரலுக்குள் புகுந்து தங்கிவிடும்.

வீதி விபத்துகளில் உயிரிழப்பவர்களை விட இதன் பாதிப்பால் உயிரிழப்பவர்கள் எண்ணிக்கை அதிகம் என்று கூறலாம். இதில் அதிகமாக பாதிக்கப்படுபவர்கள் அஸ்பெஸ்டஸ் உற்பத்தி செய்யும் இடங்களில் வேலைசெய்யும் தொழிலாளர்களே.

இங்கிலாந்தில் அஸ்பெஸ்டஸ் உற்பத்தியாகும் இடத்தில் உருவாகும் துகள்களை நீக்குவதற்காகவே அனுமதி பெற்ற ஒப்பந்தக்காரர்கள் இருக்கின்றனர். அமெரிக்காவில் இந்த துகள்களை நீக்குவதற்கு விண்வெளி வீரர்கள் போன்ற பாதுகாப்பு கவச உடை அணிந்து, சிறப்பு சுவாச வசதியுடன் நீக்குகிறார்கள். இப்படியெல்லாம் கடுமையான விதிகள் இருந்தும் வாகனத்தில் பிரேக் சரிசெய்யும் வேலையில் இருப்பவர்கள் வருடத்திற்கு 500 முதல் 600 பேர் உயிரிழக்கின்றனர்.

இதன் பாதிப்பு எப்படி தெரியும்? மூச்சிழைப்பு, நெஞ்சிருக்கம், வறட்டு இருமல், விரல்கள் ஊனமடைதல் ஆகியன இந்த நோயின் அறிகுறிகளாகும். நுரையீரல் சுவர்கள் புண்ணாகி தடித்துப் போகும். இதற்கு மருந்தே கிடையாது. இது மார்புச்சளி, இதயம் செயலிழத்தல், நுரையீரல் புற்றுநோயையும் ஏற்படுத்தும். இதனால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் 18 முதல் 24 மாதங்களுக்குள் உயிரிழப்பார்கள். சுவாசத்தில் ஊடுருவும் இந்த துகள்கள் உடலில் நுழைந்து இரத்த ஓட்டத்தில் கலந்து சிறுநீரகத்தையும் பாதிப்படையச் செய்துவிடும்.

2000ஆம் ஆண்டுவரை உலகின் மிகப்பெரிய உற்பத்தியையும் ஏற்றுமதியையும் செய்து வந்த கனடா, பிரான்ஸ் போன்ற நாடுகள் அப்போதே அஸ்பெஸ்டஸ்க்கு தடைபோட்டு விட்டன. இவற்றை தொடர்ந்து சுவிட்சர்லாந்து, டென்மார்க், அஸ்திரியா, ஐக்கிய அரபு நாடுகள், போலாந்து, பிரித்தானியா, ஐஸ்லாந்து, சுவீடன், நெதர்லாந்து போன்ற 50க்கும் மேற்பட்ட நாடுகள் அஸ்பெஸ்டஸ்க்கு தடைவிதித்துவிட்டன.

இவற்றை தடுக்க அஸ்பெஸ்டஸ் உபயோகிக்காமல் இருப்பது நல்லது. வேறுவழியில்லை. பயன்படுத்தத்தான் வேண்டும்என்ற சூழ்நிலைவரும்போது, அதன்மீது நன்றாக தீந்தை (பெயின்ட்) அடித்துவிடுங்கள். அஸ்பெஸ்டஸ் எப்போதும் ஈரத்தன்மையோடு இருக்கும்படி பார்த்துக்கொள்ளுங்கள். இவற்றால் பெரியளவில் நன்மைகள் இல்லையென்றாலும் ஓரளவாவது பாதிப்பை குறைக்க முடியும். புதிய அஸ்பெஸ்டஸை விட பழைய அஸ்பெஸ்டஸில் தான் பாதிப்புகள் அதிகம் உள்ளன.

abm
aslam big mart
444, Main Street, Sainthamaruthu
Tel: 067 2056001 / 067 2056002
TEXTILE
GROCERY
RESTAURANT
abm
aslam big m
2 ஆவது ஆண்டு
பூர்த்தியை முன்னிட்டு
மாபெரும் சீட்டிழுப்பு

ஜிம்முக்கு போகாமலே ஐம்முனு ஆகலாம்

❋ சாப்பிடக்கூடாதவை

சாப்பாட்டில் கட்டுப்பாடு இல்லாமல் உடற்பயிற்சி செய்து பயனில்லை. எனவே, உடல் எடையை குறைக்க நினைப்பவர்கள் தவிர்க்கவேண்டிய உணவுப்பட்டியல் வருமாறு. இனிப்பு, ஜூஸ் வகைகள், மைதாவில் செய்த உணவுகள், முறுகும் அளவுக்கு பொறித்த உணவுகள், காபோவைதரேற்று அதிகமுள்ள உணவுகள் மற்றும் கோதுமை, பார்லி, சோறு என குளுட்டன் புரதம் அதிகமுள்ள உணவுகள்.

இந்த புரதம், நிறைய பேருக்கு உணவுத் தொற்றை உண்டுபண்ணும். இதனால் தோல் சம்பந்தமான பிரச்சினைகள் நிறையவே ஏற்படும். ஆகவே, இதை தவிர்த்துக்கொள்வது நல்லது. மேலும் அசைவ உணவுகள், தேவைக்கும் அதிகமான பால், அப்பளம், ஊறுகாய், சிப்ஸ், வாரத்தில் ஒருநாள் இட்லி, தோசை என்பவற்றை தவிர்க்கவும்.

❋ சாப்பிடவேண்டியவை

காலை வேளையில் பழங்கள் சாப்பிடலாம். அக்ரூட், பாதாம் போன்றவற்றை ஒரு நாளைக்கு இரண்டு அல்லது மூன்று என்ற அளவில் சாப்பிடலாம். தினமும் 3 லீற்றர் தண்ணீர் குடிக்கவும். தயிர் தவிர, மோர் நிறைய குடிக்கலாம். மதியம் சோற்றை குறைத்து 300 கிராம் அளவில் காய்கறிகள் சாப்பிடலாம்.

தினமும் வெவ்வேறு வகையான காய்கறிகள், பழங்கள் என எடுத்துக்கொள்வது நல்லது. அதாவது, ஒருநாள் பச்சைக்கீரை சாப்பிட்டால், மறுநாள் பர்பிள் முட்டைகோஸ் சாப்பிடலாம். முதல்நாள் ஒரேஞ்பழம் சாப்பிட்டால், மறுநாள் மாதுளை சாப்பிடலாம். பயறு வகைகளை தவிர்த்து, பருப்பு வகைகளை சேர்த்துக்கொள்ளலாம்.

மாலைநேரம் லெமன் டீ அல்லது கிரீன் டீ குடிக்கலாம். இரவு வேளையில் வேகவைத்த காய்கறிகள் எடுத்துக்கொள்ளலாம். எண்ணெய் உணவுகளை குறைக்கவேண்டுமே தவிர, முற்றிலும் தவிர்க்கவேண்டும் என்ற அவசியமில்லை.

❋ தூக்கமின்மையும் காரணம்

சரியாக தூங்கவில்லை என்றால், அதிகமாக எடைபோடும் என்பதை நீங்கள் அறிவீர்களா. ஆம், சரியான தூக்கம் இல்லை என்றால் ஓமோன் சமநிலையின்மை உண்டாகும். இதனால் அதிக இனிப்புகள் எடுத்துக்கொள்ள தோன்றுவதுடன், சாப்பாட்டின் அளவையும் அதிகரிக்க தோன்றும். எனவே, அதிகபட்சம் இரவு 10 மணிக்குள் உறங்கி, காலை 6 மணிக்கு விழிப்பது நல்லது. தினமும் உடலுக்கு குறைந்தது 8 மணி நேரமாவது தூங்க வேண்டியது கட்டாயம்.

❋ உடல் எடை அதிகரிக்க

எடையை குறைக்க போராடுபவர்கள் போலவே, எடையை அதிகரிக்கும் முயற்சியில் இருப்பவர்களும் இங்கு அதிகம். இவர்கள் சீத்தாப்பழம், சப்போட்டா, அப்பிள், வாழைப்பழம், மில்சேக் தினமும் 15 பாதாம், சோயா மில்க், லஸ்ஸி, கடலை மிட்டாய், எள்ளு உருண்டை, உலர் பழங்கள், அசைவ உணவு போன்றவற்றை சந்தோசமாக சாப்பிடலாம்.

சிப்ஸ், சமோசா, பொப்கோர்ன் போன்றவற்றில் தேவையில்லாத கொழுப்புகள் இருக்கும். இதனால் அந்தவகை உணவுகளை தவிர்த்துக் கொள்வது நல்லது. வாரத்துக்கு மூன்று நாட்கள் மீன் சாப்பிடுவது, தேங்காய் எண்ணெய்யில் சமைத்த உணவுகளை உண்பது, தேங்காய் துருவலை உணவில் அதிகம் பயன்படுத்துவது இவையெல்லாம் சருமத்துக்கு மினுமினுப்பை கொடுக்கும். இரண்டு கரண்டி நெய் அல்லது வெண்ணெய் தினமும் சாப்பிடலாம்.

❋ நிகழ்வுகளுக்கு செல்ல முன்

ஏதாவது விசேடங்கள், பார்ட்டிகளில் கலந்துகொள்ள வேண்டும் என்றால் அதற்கு முந்திய இரண்டு, மூன்று நாட்களுக்கு வழக்கமான இட்லி, தோசை, சப்பாத்தி, சோறு, குழம்பு, பொரியல் போன்ற உணவுகளைத் தவிர்த்து, முழுக்க பழங்கள் மற்றும் காய்கறிகளை வயிறுநிரம்ப சாப்பிடவும். குறிப்பாக வெள்ளரி, ஸ்பினாச், தக்காளி, மின்ட், லெமன், மாதுளை, கரட் ஜூஸ்களை அதிகமாக எடுத்துக்கலாம். (சர்க்கரை நோயாளிகள் மற்றும் மாதவிடாய், கர்ப்பப்பை கோளாறுள்ள பெண்கள் இதை தவிர்க்கவும்).

❋ உடற்பயிற்சியும் அவசியம்

ஒவ்வொருவரும் அவர்களது உடல்பிரச்சினைக்கு ஏற்றதுபோல உடற்பயிற்சிகளை செய்யவேண்டும். பொதுவாக உணவுக் கட்டுப்பாட்டில் இருக்கும்போது உடலிலுள்ள கொழுப்பு குறையும். உடலிலுள்ள வாயு வெளியேறும். இதனால உடல் எடை குறைந்தாலும் சதை எல்லாம் தொளதொளப்பா இருப்பதால் நல்ல முடிவு கிடைக்காது. அதனால், உணவுக் கட்டுப்பாட்டுடன் உடற்பயிற்சியும் இணையும் போதுதான் உடல் தளர்வாகும்.

வீட்டிலேயே உடற்பயிற்சி செய்ய நினைப்பவர்களுக்கு நடைப்பயிற்சி நல்லதொரு தெரிவு. அரை மணிநேர உடற்பயிற்சியின் பின்னர்தான் எடை குறைய ஆரம்பிக்கும் என்பதால், குறைந்தது ஒரு மணி நேரமாவது நடக்கவேண்டும்.

சிறைச்சாலை அழகி

கோடிக்கணக்கில் கொள்ளையடித்து பொலிஸாரிடம் மாட்டிக்கொண்ட ஒரு பெண் மொடலாக மாறிவிட்டார் என்றால் உங்களால் நம்பமுடிகிறதா? நம்பித்தான் ஆகவேண்டும். கனடாவில் பதின்ம வயது கும்பலொன்றை வைத்துக் கொண்டு பல வீடுகளில் புகுந்து கொள்ளையடித்து திரிந்தவர்தான் இந்த ஸ்டீபன் ப்யூடோயன்.

இவரது பேஸ்புக் கணக்கில் வெளியான இவரது பிகினி புகைப்படம் சர்வதேச நாளிதழ் ஒன்றில் வெளியானதே இவர் பிரபல்யமடைவதற்கு காரணமாக அமைந்தது. இவருடைய இன்னும்சில பிகினி புகைப்படங்கள் கசிந்து பல இணையத்தளங்களில் தலைப்புச் செய்தியாக மாறிவிட்டது.

இவரது திருட்டு வழக்கு விசாரணையின்போது, ஸ்டீபன் ப்யூடோயன் வார இறுதியில் மட்டும் சிறையில் இருக்கவேண்டும் என்றும் திங்கள் முதல் வெள்ளிவரை சுதந்திரமாக வெளியில் சென்று மொடலிங் செய்யலாம் என்றும் நீதிமன்றம் கூறியுள்ளது.

எனினும், *SEXY THIEF* எனும் பெயரை ஸ்டீபன் ப்யூடோயன் பயன்படுத்தக்கூடாது என்றும், மேலும் இவரது குற்றச் செயல்களை எந்த வகையிலும் ஊக்குவிக்கும் படியாக வெளிப்படுத்தக்கூடாது என்றும் நீதிபதி கூறியுள்ளார்.

இதுகுறித்து ஸ்டீபன் ப்யூடோயனின் சட்டத்தரணி கூறுகையில், ஸ்டீபன் ப்யூடோயனுக்கு இதுவொரு நல்ல வாய்ப்பு. வார இறுதியில் சிறைக்கு வரும்போது நல்ல புத்தகத்துடன் வந்து படித்து முடித்துவிட்டு, வார நாட்களில் மொடலிங் செய்யட்டும். இது இவரது வாழ்க்கையை மாற்ற உதவும் என்று தெரிவித்தார்.

ஸ்டீபன் ப்யூடோயன் என்ற பெயரிலேயே நான் மொடலிங் செய்ய விரும்புகிறேன். சருமநல பொருட்களுக்கு மொடலிங் செய்யலாம் என்று கருதுகிறேன். ஆனால், சில வர்க்கங்களுக்கு என்னை ஸ்டீபன் தி கிரிமினல் என அழைக்கிறார்கள். எதுவாக இருந்தாலும் நான் அதை பொருட்படுத்த விரும்பவில்லை என கூறியுள்ளார்.

ஸ்டீபன் ப்யூடோயன், கடந்த 2014 ஆம் ஆண்டு உலகின் பதின்மவயது திருடர்களின் தலைவி என்ற பெயரில் கைது செய்யப்பட்டார். இவர் 39 வீடுகளை உடைத்து பொருளாகவும், பணமாகவும் 41,667 யூரோக்கள் கொள்ளையடித்துள்ளார்.

தனது 21 வயதில், ஸ்டீபன் ப்யூடோயனின் பிகினி புகைப்படம் முன்னணி நாளிதழ் ஒன்றில் வெளிவந்ததால் பிரபல்யமடைந்தார். இவர் புகழ்பெற்றது மட்டுமின்றி, பரபரப்பான குற்றவாளி மொடல் என்ற பெயரையும் பெற்றார்.

பிரபல நடிகைகளுக்கு போலிபேஸ்புக் கணக்குகள் திறப்பதுபோன்று இவருக்கும் பல பேஸ்புக் கணக்குகள் திறக்கப்பட்டுள்ளன. ப்யூடோயன் என்ற இவரது பெயரில் பல பேஸ்புக் கணக்குகள் உலாவிக்கொண்டிருக்கின்றன.

2014 ஜூன் 21 முதல் ஒகஸ்ட் 5 வரையான காலத்தில் மட்டும் இவர், 30 வீடுகளை குறிவைத்து கொள்ளையடித்துள்ளார். ஏறத்தாழ ஆயிரக்கணக்கான பவுண்ஸ் மதிப்புள்ள பொருட்கள் மற்றும் பணத்தை திருடியுள்ளார். இவரது பிங்க் நிற ரிம் கொண்ட மிட்சுபிஷி லான்சர் காரை வைத்தே பொலிஸார் மடக்கி பிடித்துள்ளனர்.

இவர் பொலிஸாரிடம் பிடிபட்டதும், உடனேயே இவரது பேஸ்புக் கணக்கை முடக்குமாறு மருத்துவ தாதி மாணவியொருவர் கேட்டுக் கொண்டுள்ளார். ஆனால், ஸ்டீபன் ப்யூடோயன் பொலிஸ் நிலையத்துக்கு செல்வதற்கு முன்னர் பேஸ்புக் கணக்கில் பரவி வைரல் ஆகிவிட்டது. இவரது புகைப்படங்கள் சில சர்வதேச அளவில் புகழ்பெற ஆரம்பித்தன. இதனால், கடந்த 2015 செப்டம்பர் மாதம் பி மொடல் நிர்வாகம் இவரை தங்களது மொடலாக தெரிவுசெய்துள்ளது.

இந்து மணப்பெண் அலங்காரம்

பா.மலரம்பிகை

மணப்பெண் அலங்காரம் என்பது எல்லா சமூகத்தினரும் தங்கள் தங்கள் சமய, கலசாரத்திற்கு ஏற்ப திருமணமாகப் போகும் பெண்ணை அலங்கரிப்பது என கூறலாம்.

மணப்பெண்ணுக்கு புடவை அணிவித்து, மூக்குத்தி, காதணி, கொண்டை, நகைகள், பூ மாலை என்பன அணியப் பெற்று தமது சமய, கலாசாரத்தை பிரதிபலிக்கும் பெண்ணாக தோற்றமளிப்பாள். இம்முறையானது தற்போது ஆடம் பரமிக்கதாக வளர்ந்து அதிமுக்கிய இடத்தை பெற்றுள்ளது.

திருமணத்திற்கு தயாராகும் பெண் குறைந்தது 3 மாதத்திற்கு முன்பிருந்தே தங்கள் வாழ்க்கை முறையில் இருக்கும் முரண்பாடுகளை நீக்க வேண்டும். திருமணம் நிச்சயமான வுடன் அவர்களுக்கு தங்களை அழகு படுத்திக்கொள்ளும் எண்ணம் அதிகமாகிறது. 6 மாதம் முன்னதாகவே திருமணம் நிச்சயமான பெண்களுக்கு அவர்களை தயார் செய்துகொள்ள நிறைய நேரம் கிடைக்கிறது.

ஒரு வாரத்துக்கு முன்பு

முகூர்த்த தினத்தன்று மணப் பெண்ணுக்கு முழுமையாக எப்படி அலங்காரம் செய்யப்படுமோ அதுபோன்ற அலங்காரத்தை ஒரு வாரத்திற்கு முன்பே செய்து பார்த்துவிட வேண்டும். உச்சிமுதல் பாதம்வரை அலங்கரித்துவிட்டு, அதில் ஏதாவது மாற்றங்கள் தேவையா, உடை, அணிகலன்களில் ஏதாவது மாற்றம் தேவையா என்பதை எல்லாம் பார்த்துவிட வேண்டும்.

இப்போது பெரும்பாலும் மணமகனும் வந்து, மணப்பெண்ணின் முழு அலங்காரத்தை பார்வையிடுகிறார். அவருடைய விருப்பத்தையும் தெரிவிப்பார். போட்டோவும் எடுத்துக் கொள்வார். இந்த அலங்காரத்துக்கு 3 மணிநேரம் ஆகிவிடும்.

திருமணத்துக்கு 4 அல்லது 5 நாட்களுக்கு சிறப்பு மணமகள் பேக்கேஜ் என்ற ஒரு வசதியை செய்து கொள்ளலாம். 3 மற்றும் 4 மணி நேரம் செலவிட்டால் மணப் பெண்ணை உச்சிமுதல் பாதம் வரை தயார் செய்துவிடலாம்.

மூன்று நாட்களுக்கு முன்பு

பெடிக்யூர், மெனிக்யூர் எனப் படும் கால், கை, நக பராமரிப்பு, வாக்சிங், பேஷ்யல், பொடிட்ரீட்மென்ட் மற்றும் மெகந்தி போன்றவைகளை போட்டுக் கொள்ள வேண்டும். இவைகளை செய்த பின்பு மணப்பெண்கள் வெளியே செல்லக்கூடாது. வெயிலில் அலைவது, உடலில் மாசு படிவது, அலைச்சலை ஏற்படுத்திக்கொள்வது போன்றவைகளை தவிர்க்கவேண்டும்.

இரண்டு நாட்களுக்கு முன்பு

திருமணத்துக்கு 2 நாட்களுக்கு முன்பு கை, கால்களில் மெஹந்தி எனப்படும். மருதாணியால் போடும் டிசைன்களை இப்பொழுது பலரும் விரும்பி போட்டுக்கொள்கிறார்கள். மணமகள் மருதாணி அலங்காரம் என்பது முழங்கை வரை போடப்படும். ராஜஸ்தானி (இந்திய) மாதிரியாகவோ அல்லது அரேபிய டிசைனாகவோ போட்டுக் கொள்ளலாம்.

கால்களுக்கும் கொலுசு டிசைன் முதல் காலை முற்றிலும் மூடும் ராஜஸ்தானி டிசைனையும் போட்டுக்கொள்ளலாம். தங்க நிறம், சில்வர் நிறம், கிலிட்டர்ஸ் ஆகியவற்றையும் வரவேற்பு நேரத்தில் போட்டுக் கொள்ளலாம்.

நிறைய தண்ணீர் பருகவேண்டும். நன்றாக தூங்கி ஓய்வெடுக்க வேண்டும். நிறைய பழச்சாறு அருந்த வேண்டும்.

திருமண தினத்தன்று

முகூர்த்தத்துக்கு சில மணிநேரங்களுக்கு முன்பு, முழுமையான மணப்பெண் அலங்காரத்தை தொடங்க வேண்டும். ஏற்கனவே டிரையல் செய்து பார்த்திருந்தால் வேகமாக, சிறப்பாக மணப்பெண் அலங்காரத்தை செய்துமுடிக்க முடியும்.

வரவேற்பு அலங்காரம் இப்போது மிக நவீனமாகி இருக்கிறது. சிம்பிள் அதேநேரத்தில் மொடர்ன் தோற்றத்தில் மணப்பெண்கள் ஜொலிக்க விரும்புகிறார்கள். அதற்கு தக்கபடி செய்யப்படும் மணப்பெண் அலங்காரம் அதிக வரவேற்பு பெறுகிறது.

Breast Iron

பாவப்பட்ட பெண்கள்

பெண்களுக்கு இழைக்கப்படும் கொடுமைகளிலிருந்து அவர்களை மீட்டெடுத்து முன்னேற்றப் பாதையில் செலுத்துவதில் இன்றைய வளர்ந்த, வளர்ந்துவரும் நாடுகள் முன்னிலை வகிக்கின்றன. ஆனால், ஆபிரிக்கா போன்ற வளர்ச்சியடையாத நாடுகளின் நிலைமை தலைகீழாக உள்ளது.

ஆபிரிக்க நாடுகளிலுள்ள சில கிராமங்களில் பெண்களுக்கு செய்யப்படுகின்ற மார்பக தட்டையாதல் (*Breast Iron*) பற்றிக் கேள்விப்பட்டால் ஒருநிமிடம் நமது மூச்சு நின்றுவிடும். இந்த மார்பக மெலிதல் முறை மத்திய மற்றும் மேற்கு ஆபிரிக்காவில் பின்பற்றப்பட்டு வருகிறது. கெமரூன், நைஜீரியா, கினியா போன்ற நாடுகளிலும் இந்த செயன்முறை அமுலில் உள்ளன.

சிறுவயது பெண்களின் மார்பகங்களில் சூடான இரும்பு அல்லது கற்களை வைத்து மார்பகத்தை தட்டையாக்கி விடுகின்றனர். இதனால், அவள் 2 நாட்களில் இருந்து சில வாரங்களுக்குள் தனது மார்பகங்களை இழந்து விடுகிறாள். இவ்வாறானவர்கள் பெண்களுக்குரிய தன்மைகளை இழந்து பெண்மை தோற்றம் குறைந்தவர்களாக காணப்படுகின்றனர்.

ஆண்களுக்கு முன்னால் பெண்கள் எடுப்பான மார்பகங்களுடன் கவர்ச்சியாகத் தோன்றாமல் இருப்பதற்காக பெண்களின் மார்பகங்களை இளம் வயதிலே தட்டையாக்குவதாக அங்குள்ளவர்கள் தெரிவிக்கின்றனர். இதனால், உடல் ரீதியான துன்புறுத்தல்களில் இருந்தும், பாலியல் பலாத்காரங்களில் இருந்தும் அவர்கள் பாதுகாக்கப்படுவதாக கூறுகின்றனர். மார்பக தட்டையாக்குதல் செய்த பின்னரும் பாலியல் கொடுமைகளுக்கு ஆளான பெண்களும் இருக்கத்தான் செய்கிறார்கள்.

இப்படியான பெண்களுக்கு குழந்தை பிறந்தபின்னர் மார்பகங்கள் பால் சுரக்கும் தன்மையை இழந்துவிட, அதில் ஒருவித எறும்பை கடிக்கவிட்டு பால்சுரக்க வைக்கின்றனர். ஒரு தவறை மறைக்க இன்னொரு தவறை செய்கின்றனர். இதை நினைத்துப் பார்க்கும்போதே உள்ளம் நடுங்குகிறது.

இங்குள்ள பணக்கார வீட்டுப் பெண்கள் தங்களது மார்புகள் வெளியில் தெரியாதவண்ணம் இலாஸ்டிக் பெல்ட்களை பயன்படுத்துகின்றனர். பாடசாலைக்குச் செல்லும் மகள், அந்த பெல்ட்டை அணிந்திருக்கிறாளா என்று தாய் ஒவ்வொரு நாளும் சோதிப்பது பெண் குலத்திற்கே ஏற்பட்டுள்ள துயரமானதொரு நிகழ்வு.

இதில் 58% சொந்த தாய்மார்களே தங்கள் மகளுக்கு இந்த துன்பத்தை இழைக்கிறார்கள். இப்படி அறியாமையால், நிலக்கரியில் காய்ச்சிய கற்கள் மற்றும் இரும்பு சுத்தியலைக் கொண்டு பெண்களை துன்புறுத்தும் காரியம், நமக்கு கேட்கும்போதே நடுக்கத்தை ஏற்படுத்துகிறது. இவ்வாறானவர்கள் ஆண்கள் போன்று காட்சியளிப்பதால் உளவியல் ரீதியில் வெகுவாக பாதிக்கப்படுகின்றனர்.

கலாசாரம், பாரம்பரியம் என்ற வழக்கமான காரணங்களை சொல்லி அவர்களின் செயலை நியாயப்படுத்திக் கொள்கின்றனர். இந்த இரக்கமற்ற செயன்முறை பெண்களை உடல் ரீதியாகவும், மனரீதியாகவும் நாம் நினைத்து பார்க்க முடியாதளவுக்கு பாதிப்பை ஏற்படுத்துகிறது. இப்படிச் செய்வதால் அந்தப் பெண்கள் புற்றுநோய், கடுமையான காய்ச்சல், அரிப்பு, கலச்சிதைவு, மார்பகங்கள் மறைந்தே போவது போன்ற துன்பங்களை அனுபவித்து வருகின்றனர்.

பல தலைமுறைகளுக்கு இரகசியமாக வைக்கப்பட்டிருந்த இந்த கொடூரச் செயல், இன்று அனைவரும் விவாதிக்கும் வண்ணம் சர்வதேசத்தின் கவனத்தை ஈர்த்துள்ளது. சமீபத்திய அறிக்கையின்படி, உலகில் 3.8 மில்லியன் பெண்கள் இந்த மார்பக தட்டையாதல் கொடுமைக்கு ஆளாக்கப்பட்டுள்ளதாக தெரியவருகிறது.

ஐக்கிய நாடுகளின் மக்கள் நிதி நிறுவனம் வெளியிட்டுள்ள அறிக்கையின்படி, பாலியல் சார்ந்த குற்றம் சாற்றப்படாத குற்றங்களுள் இந்த மார்பக தட்டையாதல் மிக முக்கியமானதொன்றாக குறிப்பிடப்படுகிறது.

இந்த முட்டாள்தனத்தை எதிர்த்து போராடும் லண்டனைச் சேர்ந்த பெண்கள் முன்னேற்ற கழகத்தினர், மார்பகங்கள் கடவுளால் உருவாக்கப்பட்டவை. அவற்றை தட்டையாக்குதல் பாவமாகும். இதுபோன்ற தவறுகள் ஒழிவதற்கு பாலியல் கல்வியை கொண்டுவர வேண்டும். இயற்கையாக இருக்கும் பெண்ணின் உடலே அவளுக்கு பாதுகாப்பற்றது எனக் கருதுவது உச்சகட்ட மூடத்தனம் என்று கூறுகின்றனர்.

21ஆம் நூற்றாண்டில் இது போன்ற நம்பிக்கையும், அவலமும் நிலவுவது இந்த மனித குலத்திற்கே அவமானமேயன்றி வேறென்ன?

நட்சத்திர கிரிக்கெட்

CCL
Celebrity Cricket League

தென்னிந்திய நடிகர் சங்கத்துக்கு புதிய கட்டிடம் கட்டுவதற்கு நிதி திரட்டுவதற்காக ஏப்ரல் 17ஆம் திகதி சென்னை சேப்பாக்கத்தில் நட்சத்திர கிரிக்கெட் விளையாட்டு போட்டி நடைபெறுகிறது.

இந்த போட்டிக்கான ஏற்பாடுகள் முழு வீச்சில் நடக்கின்றன. இதில் அனைத்து நடிகர், நடிகைகளும் தவறாது கலந்துகொள்ள வேண்டுமென அழைப்பு விடுக்கப்பட்டுள்ளது. அத்துடன் பிறமொழி நடிகர்களும் இதில் பங்கேற்குமாறு அழைக்கப்பட்டுள்ளனர்.

ஹிந்தி சூப்பர் ஸ்டார் அமிதாப்பச்சன், தெலுங்கு நடிகர்கள் சிரஞ்சீவி, நாகார்ஜுனா, மலையாள நடிகர்கள் மம்முட்டி, மோகன்லால் ஆகியோர் இதில் கலந்துகொள்கின்றனர்.

ரஜினிகாந்தும் இந்த கிரிக்கெட் போட்டியில் கலந்துகொள்கிறார். ஆனால், தனது உடல் நிலையை கருத்திற்கொண்டு முதல் பந்தை வீசி போட்டியை ஆரம்பித்து வைப்பார். ஆனால், கமல் ஹாசன் கிரிக்கெட் அணி சார்பாக விளையாடுவார்.

நட்சத்திர கிரிக்கெட்டில் 8 அணிகள் மோதுகின்றன. ஒரு அணியில் 6 நடிகர்கள் இருப்பார்கள். இதன்மூலம் எல்லா அணிகளிலும் சேர்த்து 48 நடிகர்கள் விளையாடுகின்றனர். ஒவ்வொரு அணிக்கும் 6 ஓவர்கள் நிர்ணயிக்கப்பட்டுள்ளன. மொத்தம் 4 ஆட்டங்கள் நடைபெறும்.

முதல் சுற்றில் வெற்றிபெறும் அணிகள் கால் இறுதியில் மோதும். அதில் வெற்றிபெரும் அணிகள் அரையிறுதிக்கு முன்னேறும். இதில் வெற்றி பெறும் அணிகள் இறுதிப் போட்டியில் விளையாடும். காலை 10 மணியில் இருந்து இரவு 9 மணி வரை கரிக்கெட் போட்டிகள் நடைபெறும்.

சூர்யா, விஷால், ஆர்யா, தனுஷ், ஜீவா, விஷ்ணு உள்ளிட்ட 8 பேர் அணித் தலைவர்களாக களமிறங்குகின்றனர். ஒவ்வொரு அணிக்கும் ஒரு கதாநாயகி தூதுவராக இருப்பார். நயன்தாரா, அனுஷ்கா, த்ரிஷா, காஜல் அகர்வால், சமந்தா உள்ளிட்ட கதாநாயகிகள் தூதுவர்களாக செயற்படுகின்றனர். ஒவ்வொரு அணிக்கும் சென்னை, மதுரை, திருச்சி என்று ஊர்களின் பெயர்கள் சூட்டப்படுகின்றன. நடிகர்கள் தற்போது படப்பிடிப்பு ஓய்வில் கிரிக்கெட் பயிற்சியில் ஈடுபட்டு வருகின்றனர்.

நட்சத்திர கிரிக்கெட்டில் அனைத்து நடிகர், நடிகைகள் மற்றும் வெளிமாநில நடிகர்கள் பங்கேற்கவிருப்பதாலும் ஆயிரக்கணக்கில் ரசிகர்கள் திரள்வார்கள் என்று எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. இதனால் பாதுகாப்பு ஏற்பாடுகளை மேற்கொள்வதற்காக பொலிஸ் ஆணையாளரிடமும் தேர்தல் ஆணையாளரிடமும் மனு கொடுக்கப்பட்டுள்ளது.

இந்த கிரிக்கெட் போட்டியில் கிடைக்கும் நிதியைப் பயன்படுத்தி தென்னிந்திய நடிகர் சங்கத்துக்கு புதிய கட்டிடத்தை கட்டுவதற்கு நடிகர் சங்கம் தீர்மானித்துள்ளது.

உங்களுக்குத்
தேவையான சகல
காலணிகளையும்
குறைந்த விலையில்
பெற்றுக்கொள்ளலாம்
J.K. SHOE
TEL: 0212217364
MOB: 0772938723
353, NEW MARKET
HOSPITAL ROAD
JAFFNA

SUZUKI
GIXXER
The Street Sports Bike
GN125H
Let's
ஜப்பான் தொழில்நுட்பத்தில்
யாழ் நகரில் புதியதோர் உதயம்
HOTLINE:
077 711 1555
GIXXER SF
The Street Sport Bike
Swish 125
SUZUKI PLAZA
243, Stanly Road, Jaffna Tel: 021 222 4323

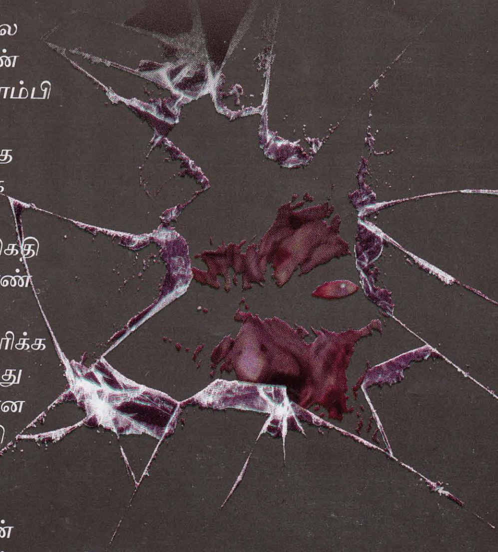
ZOMBIE

உண்மையா? பொய்யா?

வாய்பேச முடியாத, விருப்பு வெறுப்பற்ற, உணர்ச்சியில்லாத மனிதன்தான் ஸோம்பி (மிருதன்) என அழைக்கப்படுகிறான். இது நிஜமா, நிழலா இல்லை கற்பனையா என்பதே மிகப்பெரிய கேள்வி. ஆனால், உலகெங்கிலும் பல இடங்களில் ஸோம்பி உண்மை எனவும் முற்காலத்தில் கண்டதாக சில கூற்றுகளும், கதைகளும் இருக்கத்தான் செய்கின்றன.

இறந்த அல்லது உயிருள்ள மனிதர்களுக்கு ஏற்படும் ஒருவகையான வைரஸ் தாக்கத்தால் மிருகத்தனமாக மாறும் மனிதர்களை ஸோம்பி என அழைக்கிறார்கள். உருவத்தில் மனிதனாகவும், மனதளவில் மிருகமாகவும் இவர்கள் திரிவார்கள்.

ஸோம்பி பற்றி நிறைய ஆங்கில படங்கள் வெளியாகியுள்ளன. அண்மையில் தமிழில் முதலாவது ஸோம்பி படமாக மிருதன் வெளியானது. ஸோம்பி பற்றி பலரும் அறிந்திராத சில தகவல்களை வாசகர்களுக்காக இங்கு தருகிறோம்.



ஒவ்வொரு ஒக்டோபர் 8ஆம் திகதியும் உலக ஸோம்பி தினமாக கொண்டாடப்படுகிறது.

ஸோம்பி என்ற வார்த்தை ஆபிரிக்க சொல்லான NZAMBI என்பதிலிருந்து பெறப்பட்டது. இந்த சொல்லுக்கான பொருள் கடவுள் என்பதாகும். தமிழில் ஸோம்பியை பிணன் மற்றும் மிருதன் என்று அழைக்கின்றனர். மிருதன் என்பது மிருகம் + மனிதன் சொற்களின் சேர்க்கை சொல்லாகும்.

ஸோம்பிகளின் உருவாக்கம் குறித்து இரண்டு கருத்துகள் இருக்கின்றன. சபிக்கப்பட்டு இறந்த மனிதர்கள் ஸோம்பிக்களாக மீண்டுவருவது. மற்றையது, வைரஸ் அல்லது கதிர் வீச்சு தாக்கத்தால் மனிதன் ஸோம்பியாக மாறுவது.

மம்மி மற்றும் ஸோம்பி இரண்டும் வெவ்வேறு வகையாகும். மம்மி எனப்படுவது இறந்த உடல் கெட்டுப் போகாமல் இருப்பதற்கு பதப்படுத்தி வைப்பதைக் குறிக்கும். ஆனால், ஸோம்பி எனப்படுவது உருக்குலைந்த, அழுகிய உடலுடன் அலைந்து திரியும்.

மூளையை சிதைத்து அல்லது தலையை துண்டித்துதான் ஸோம்பியை கொல்ல முடியும். நவீன ஸோம்பிக்களின் தந்தையாக அறியப்படுபவர் ஜோர்ஜ் ஏ. ரோமெரோ. இவர் ஸோம்பி பற்றி அதிகளவான திரைப்படங்கள் தயாரித்துள்ளார். ஸோம்பி ரசிகர்களை *Zombophiles* என்ற சொல்லை பயன்படுத்தி அழைக்கின்றனர்.

ஸோம்பி எனும் கருத்து வடிவம் மேற்கு ஆபிரிக்காவில் இருந்த வூடூ இனத்தை சேர்ந்த மலை வாழ் மக்கள் மத்தியில் இருந்துதான் தொடங்கியது.

Ophiocordyceps எனப்படும் ஒட்டுண்ணி பூஞ்சை எறும்புகளை ஸோம்பியாக மாற்றுகிறது என கூறப்படுகிறது.

யாஸ் (Yaws) எனப்படும் நோய் தொற்றினால் பாதிக்கப்பட்ட நபர்கள் ஸோம்பி போன்று தோற்றமளிக்கிறார்கள். முகம், கை, கால்கள் என உடல் முழுக்க இவர்கள் ஸோம்பி போலவே பாதிக்கப்படுகிறார்கள். நடப்பதுகூட இவர்கள் ஸோம்பியைப் போலவே நடக்கிறார்கள்.

ஸோம்பிகளுக்கு விசேட சக்திகள் என்று எதுவுமில்லை. மனிதர்களாக இருந்ததைவிட, சில திறன்கள் மாத்திரம் கூடியிருக்கும். அது இல்லாவிட்டால் பாதிக்கப்பட்ட மனிதர்கள் போலத்தான் இவர்கள் இருப்பார்கள்.

ஸோம்பியை ஆர்.எல்.எப். என்றும் அழைப்பார்கள். ஆர்.எல்.எப். (RLF) என்பது *Reanimated Life Form* என்பதன் சுருக்கமாகும். ஸோம்பிக்களுக்கு பிடித்த உணவு மனிதர்களின் சதை. வைரஸ்

தாக்கத்தால் அதன் மரபணுவில் ஏற்படும் மாற்றங்கள்தான் இதற்கான காரணம் என்று சில ஆய்வாளர்கள் கூறுகின்றனர்.

ஒருவேளை உலகில் ஸோம்பி பரவ ஆரம்பித்தால் மனிதர்கள் இடம் பெயர்ந்து செல்வதற்கு முதல் 10 நாடுகளின் பட்டியல் வெளியாகியுள்ளது. நாட்டின் சூழல், இராணுவ, மக்கள் தொகை ஆகியவற்றை வைத்து இந்த பட்டியல் தயாரிக்கப்பட்டுள்ளது. அதிலுள்ள 10 நாடுகளும் இவைதான். அவுஸ்திரேலியா, கனடா, அமெரிக்கா, ரஷ்யா, கஜகஸ்தான், பொலிவியா, நோர்வே, பின்லாந்து, அர்ஜென்டீனா மற்றும் சுவீடன்.

உலகின் அனைத்து பகுதிகளிலும் ஸோம்பி பற்றிய கதைகள் பரவிக் கிடக்கின்றன. ஆசியா, ஐரோப்பியா, அமெரிக்கா, ஆபிரிக்கா மற்றும் மத்திய கிழக்கு நாடுகள் என அனைத்திலும் நவீன ஸோம்பி கதைகள் கூறப்படுகின்றன.

ஹொலிவூட் திரைப்படங்களை பார்ப்பவர்களுக்கு ஸோம்பி பற்றி நன்கு தெரிந்திருக்கும். தெரியாதவர்கள் மிருதன் படத்தை பார்த்து தெரிந்து கொள்ளலாம். ஸோம்பி உண்மையில் இருக்கின்றதா, இல்லையா என்ற வாதம் தொடர்ந்தாலும், திரையுலகில் ஸோம்பி என்றொரு உயிர் வாழ்ந்து கொண்டுதான் இருக்கிறது.

கண்கள் சொல்லும் சேதி

தொடர்பாடலுக்கு ஒருவரது பேச்சு மட்டுமின்றி கண்களும் பயன்படுகின்றன. கண்களாலேயே பேசுபவர்கள் மற்றும் பதிலளிப்பவர்கள் என்று பலர் இருக்கின்றனர். ஒருவரது கண்களைப் பார்த்து அவரது எண்ணங்களை சொல்லமுடியும்.

காதலிப்போர்

உங்களை ஒருவர் காதலிக்கிறார் என்றால், அவரது கண்களில் ஒரு விசித்திர தீப்பொறி அடிக்கடி வீசும். மேலும் அவர்கள் ஒருவித ரொமாண்டிக் பார்வை பார்ப்பதோடு, அவர்களது கண் இமைக்கும் விதத்தில் மாற்றம் தெரியும்.

கடலை போடுபவர்

ஒருவர் உங்களை வெறுமனே கவர்ந்து கடலை போட நினைக்கிறார் என்றால், அவர்களது பார்வையில் மாறுதல்கள் தெரியும். அதுவும் புன்னகையுடன், கருவிழிகள் அடிக்கடி உங்களை பார்த்தவாறே எந்தவொரு செயலையும் செய்வார்கள்.

பொய் சொல்வோர்

உங்களிடம் ஒருவர் பொய் சொன்னால், அவர்களது கண்களே அதை நன்றாக வெளிக்காட்டும். பொய் சொல்லும்போது, ஒருவரின் கண்கள் முகபாவனைக்கு ஏற்றவாறு இருக்காது. ஒருவர் பொய் சொன்னால் அவர் மற்றவர்களின் கண்களை பார்த்து பேச தயங்குவார்கள்.

கோபமுடையோர்

உங்கள் மீது ஒருவர் கோபமாக இருந்து, அதை வெளிப்படையாக கூறாமலிருந்தால் அதை அவரது கண்களே காட்டிக்கொடுக்கும். கோபமாக இருக்கும்போது அவர்களது கண்கள் சிறிதாக காணப்படும். அத்துடன் அவர்கள் பார்க்கும் விதத்திலும் ஒருவித மாற்றத்தை நன்கு அவதானிக்கமுடியும்.

போதையில் இருப்போர்

ஒருவர் போதையில் இருந்தால், அதை அவர்களது கண்களைகொண்டு எளிதில் கண்டுபிடிக்க முடியும். எப்படியெனில் போதையில் இருப்பவரின் கண்ணின் மணி சிறியதாக காணப்படும். முக்கியமாக கருவிழிகள் அடிக்கடி மேலே செல்லும்.

பகை அல்லது வெறுப்பு

உங்களை வெறுப்பவர்களை அவர்களது கண்களைக் கொண்டு அறியலாம். நீங்கள் உணர்திறன்மிக்கவர் மற்றும் வலிமையான உணர்வுகளை கொண்டவராயின், உங்களுடன் பழகுபவர்கள் உங்களைவெறுக்கிறாரா அல்லது விரும்புகிறாரா என்பதை அறியமுடியும். உங்களை ஒருவர் வெறுத்தால், அவர் அன்பான பார்வையில் பார்க்கமாட்டார் மற்றும் புன்னைகைக்கவும் மாட்டார்.

உடல்நலம் குறைவ

ஒருவர் உடல்நிலை சரியில்லாமல் இருந்தாலும் அவர்களது கண்களைக் கொண்டு அதை அறியலாம். இவ்வானவர்களின் கண்கள், தூங்கி எழுந்ததும் எப்படியிருக்குமோ அப்படி இருக்கும். ஆத்துடன் கண்கள் சிறிதாகவும் காணப்படும்.

இலங்கையில் இசைப்புயல்

* துருவன்

இலங்கையில் மழை பெய்யவில்லையோ இல்லையோ இசைப்புயல் வீசுகிறது. ஆம், ஒட்டுமொத்த இலங்கையும் 23ஆம் திகதி ஏ.ஆர். ரஹ்மானின் வருகைக்காக காத்திருக்கிறது. ஒருபடி மேலே சொன்னால் அவரது ரசிகர்கள் தவமிருக்கிறார்கள்.

ஒஸ்கார் விருது நாயகன் இலங்கைக்கு வருவது என்றால் சும்மாவா. அதுவும் இரட்டை ஒஸ்கார் விருதுகள் பெற்ற ஏ.ஆர். ரஹ்மானை ஒரு முறையாவது சந்திக்க முடியாதா, அவரது பாடலை நேரடியாக கேட்க முடியாதா, அவருடன் ஒரு செல்பீ எடுக்க முடியாதாஎன்று ஏங்கித்தவித்தவர்களுக்கு வரம் கிடைத்திருக்கிறது.

கெபிட்டல் மகாராஜா நிறுவனத்தின் கீழ் இயங்கிவரும் சக்தி எப்.எம். மற்றும் சக்தி ரி.வி. என்பன ஹால்ஸ் ஸ்ரூடியோவுடன் இணைந்து ஏ.ஆர். ரஹ்மானை இலங்கைக்கு அழைத்து வருகிறது. ஏ.ஆர். ரஹ்மான் கலந்து கொள்ளும் இந்த பிரமாண்ட இசை நிகழ்ச்சி இம்மாதம் 23ஆம் திகதி கொழும்பு காலிமுகத்திடலில் நடைபெறுவதற்கு ஏற்பாடுகள் செய்யப்பட்டுள்ளன.

இலங்கை வரும் ரஹ்மான் சும்மா வெறும் கையுடன் வரவில்லை. கூடவே 150 இசைக் கலைஞர்களை அழைத்து வருகிறார். தனியாக வந்தால் எங்கே இசைப் புயல் அடிக்கும் என்று ரசிகர்கள் கேட்பதும் புரிகிறது. ரஹ்மானுடன் வரும் கலைஞர்கள் சும்மா இல்லை அதிநவீன இசைக்கருவிகளை அள்ளிக்கொண்டு வருகிறார்கள்.

ரஹ்மான் குழுவினரே இசைநிகழ்ச்சியை நடாத்தும் அனைத்து பொறுப்புகளையும் பாரமெடுத்துள்ளனர். மேடை அமைத்தல், ஒலி - ஒளி அமைப்பு, பின்னணி இசை, பாடகர்கள், நிகழ்ச்சி தொகுப்பாளர்கள் அனைத்தையுமே இந்தியாவிலிருந்து வரும் ஏ.ஆர். ரஹ்மானின் குழுவினரே செய்கின்றனர். ஏனைய இசைநிகழ்ச்சிகள் போன்று இதில் இலங்கை கலைஞர்களுக்கு எவ்வித வேலையும் இருக்காது. ஒட்டுமொத்தமாக சொன்னால், ஏ.ஆர். ரஹ்மானின் இந்திய இசை நிகழ்ச்சியை இலங்கையில் நேரடியாக பார்க்கலாம்.

காலிமுகத்திடல் திறந்த வெளியரங்காக இருப்பதால் பார்வையாளர்களை கட்டுப்படுத்துவதற்கு சுற்றிவர தடுப்புச்சுவர் அமைக்கப்படுகின்றது. அத்துடன், கடற்கரையோரம் நிகழ்ச்சி நடைபெறுவதால் ஒலியமைப்பில் பிசகுகள் ஏற்படலாம் என்றொரு அச்சமும் நிலவுகிறது. இதனை கண்காணிப்பதற்கென ரஹ்மானின் குழுவிலிருந்து ஒருசிலர் ஏப்ரல் முதல்வாரத்தில் இலங்கை வந்து அவதானித்தனர்.

இந்த இசைநிகழ்ச்சிக்காக 23ஆம் திகதி கொள்ளுப்பிட்டியிலிருந்து கிங்ஸ்பெரி ஹோட்டல் வரை (அதாவது காலிமுகத்திடல் முடியும்வரை) வீதிகள் மூடப்பட்டிருக்கும். வெளிநாட்டவர்கள் அதிகளவில் வருகைதருவதால் பாதுகாப்பு ஏற்பாடுகள் என்றுமில்லாதவாறு பலமாக இருக்கும்.

ஒருமைப்பாட்டை கட்டியெழுப்புதல் எனும் தொனியில் நடாத்தப்படும் இந்த இசைநிகழ்ச்சிக்கு ஜனாதிபதி செயலகம் அழைப்பு விடுத்துள்ளதாக தெரிவிக்கப்படுகிறது. எனினும், ரஹ்மானை அழைத்து வருவது முதல் இசைநிகழ்ச்சிக்கான பொறுப்புகளை சக்தி எப்.எம்., சக்தி ரி.வி. மற்றும் ஹால்ஸ் ஸ்ரூடியோ ஏற்றுள்ளன.

திரையிசையின் அதியுன்னத பாடகர்கள் அனைவரும் ஒரே மேடையில் இசைப்புயல்ஏ.ஆர். ரஹ்மானின்இசையில் பாடவுள்ளனர். அது மட்டுமின்றி இசைப்புயலும் பாடவுள்ளார். ரஹ்மானுக்கு ஒஸ்கார் விருதை பெற்றுக் கொடுத்த 'ஸ்லம்டொக் மில்லியனர்' திரைப்படத்தில் இடம்பெற்ற 'ஜெய் ஹோ' பாடலும் நிச்சயம் இந்த இசை நிகழ்ச்சியில் பாடப்பட்டு ரசிகர்களை ஆட்டம்போட வைக்கும்.

இசைநிகழ்ச்சியில் கலந்துகொள்ளும் பாடகர்கள் பற்றிய விபரங்கள் இன்னும் உத்தியோகபூர்வமாக அறிவிக்கப்படவில்லை. அதனை ஏற்பாட்டாளர்கள் இரகசியமாகவே வைத்துள்ளனர். எமக்கு கிடைத்த தகவல்களின்படி 15 பாடகர்கள் இதில் பங்கேற்கின்றனர். ஹரிகரன், சங்கர் மகாதேவன், கார்த்திக், பென்னி தயால், ஏ.டி.கே. போன்றவர்களும் அதில் உள்ளடங்குகின்றனர்.

பாடும்நிலா எஸ்.பி. பாலசுப்ரமணியம் வருவாரா, இல்லையா என்ற கேள்வி உங்களைப் போலவே எனக்கும் வந்தது. இசைநிகழ்ச்சி நடைபெறும் காலகட்டத்தில்எஸ்.பி.வெளிநாட்டில்நடைபெறும் இசை நிகழ்ச்சியொன்

றில் கலந்துகொள்ளவுள்ளதால் அவர் வரமாட்டார் என்று எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. ஆனால், பாடகர்களின் பெயர் விபரங்கள் வெளியிடப்படாமையால் ஒருவேளை வந்தாலும் வரலாம்.

இவ்வளவு பிரமாண்டமான இசை நிகழ்ச்சிக்கு யார் பணம் கொடுக்கிறார்கள், எவ்வளவு கொடுக்கிறார்கள் என்ற கேள்விகள் எழுவதை யாராலும் தடுக்க முடியாது. இந்த இசை நிகழ்ச்சியை ஹால்ஸ் ஸ்ருடியோ நிறுவனம்தான் முதலில் நடாத்துவதற்கு தீர்மானித்தது. ஆனால், ஏ.ஆர். ரஹ்மானுக்கு கொடுக்கக்கூடியளவு பணம் அவர்களிடம் இருக்கவில்லை.

அதன்பின்னர், பணம்புரளும் கெப்பிட்டல் மகாராஜா நிறுவனத்தை ஹால்ஸ் ஸ்ருடியோ அணுகியது. அவர்களும் சம்மதம் தெரிவிக்க இசைப்புயல் வருவது உறுதியானது.

எல்லாம் சரி, இந்த இசைநிகழ்ச்சிக்காக ரஹ்மானுக்கு எவ்வளவு பணம் கொடுக்கிறார்கள் என்று தெரியுமா? 20 கோடி ரூபா. என்னது 20 கோடியா என்று கேட்காதீர்கள். அது இசைப் புயலுடன் வருகின்ற 150 பேருக்கும் சேர்த்துத்தான். சரி ஒருநாள் கூத்துக்கு இவ்வளவு தொகையா என்று கேட்டால், இசைப்புயலின் மவுசு அந்தளவுக்கு இருக்கிறது என்பதை புரிந்து கொள்ளுங்கள்.

காலி முகத்திடலில் நடைபெறவுள்ள இந்த இசை நிகழ்ச்சிக்கான டிக்கெட் ஒன்று 2,500 ரூபா தொடக்கம் 35,000 ரூபா வரை விற்பனை செய்யப்படுகின்றன. 35,000 ரூபா பெறுமதியான வி.ஐ.பி. டிக்கட்கள் விற்பனை செய்யப்படுவதற்கு முன்னரே முன்பதிவு செய்யப்பட்டதாக ஏற்பாட்டாளர்கள்தரப்பில்தெரிவிக்கப்படுகிறது. எது எப்படியிருப்பினும் ஏனைய இசை நிகழ்ச்சிகளுக்கு டிக்கட்களை கூவி விற்பதுபோல இங்கு நடக்காது என்பது வெள்ளிடைமலை.

இசைநிகழ்ச்சிக்கான இலத்திரனியல் ஊடக பணிகளை கெப்பிட்டல் மகாராஜா நிறுவனமும், சந்தைப்படுத்தல் மற்றும் அச்சு ஊடகம் சம்பந்தப்பட்ட வேலைகளை ஐங்கரன் மீடியா நிறுவனமும் பொறுப்பேற்றுள்ளது. இசைநிகழ்ச்சியை நடாத்தும் ஏற்பாடுகளை ரஹ்மான் குழு பொறுப்பேற்றுள்ளது. ஒட்டுமொத்தமாக பார்த்தால் மூன்று பெரிய நிறுவனங்களின் கூட்டு படைப்புதான் இந்த இசைநிகழ்ச்சி.

இவ்வளவு ஏற்பாடுகள் செய்தும் ஏ.ஆர். ரஹ்மானை இலங்கைக்கு அழைத்துவருவது அவ்வளவு சுலபமான காரியமல்ல. காரணம், தென்னிந்திய கலைஞர்களை இலங்கைக்கு அழைத்துவந்தால் இந்தியாவில் போராட்டம் செய்வதற்கென்றே சில குழுக்கள் இருக்கிறது. இலங்கையில் ஈழத் தமிழர்களை இராணுவம் கொலை செய்தமைக்காக இந்திய கலைஞர்கள் இலங்கைக்கு செல்லக்கூடாது என்பது அவர்களின் வாதமாகும்.

கடைசியாக 2012 ஜூலை 7ஆம் திகதி பாடகர் ஹரிகரன் இலங்கைக்கு வருவதற்கான அனைத்து ஏற்பாடுகளும் பூர்த்தியாகியிருந்தன. லக்கி ஏசியா குரூப் நிறுவனத்துடன் இணைந்து சூரியன் எப்.எம். இந்த இசைநிகழ்ச்சியை கொழும்பு 07இல் அமைந்துள்ள புளூம்பீல்ட் மைதானத்தில் நடாத்துவதற்கு திட்டமிட்டிருந்தது.

குறித்த இசைநிகழ்ச்சிக்கான டிக்கட்கள் அனைத்தும் விற்றுத் தீர்ந்துவிட்டன. ஹரிகரன் இலங்கைக்கு செல்லக்கூடாது என்று இந்தியாவில் ஆர்ப்பாட்டம் நடைபெற்றதால் கடைசி நேரத்தில் இசைநிகழ்ச்சி ரத்துசெய்யப்பட்டு, விற்பனை செய்யப்பட்ட டிக்கட்களின் பணத்தொகை மீளளிக்கப்பட்டது. அதற்காக ஏற்பாட்டுக் குழு சார்பில் ஹரிகரன் பகிரங்கமாக மன்னிப்புக் கோரியிருந்தார்.

அதுபோல ஏ.ஆர். ரஹ்மானின் இலங்கை விஜயத்துக்கு எதிராக முருக சேனை என்றொரு அமைப்பு இந்தியாவில் சுவரொட்டிகளை ஒட்டி பரபரப்பை ஏற்படுத்தியுள்ளது.

அடுத்ததாக இன்னுமொரு பாரிய அச்சம் மேலோங்கியுள்ளது. பல்லாயிரக்கணக்கான மக்கள் ஒன்றுகூடும் இந்த இசைக்கச்சேரியை இலக்கு வைத்து ஐ.எஸ். பயங்கரவாதிகள் தாக்குதல் நடாத்தவுள்ளதாக ஒரு ஊகம் கிளம்பியுள்ளது. அமெரிக்காவின், சர்வதேச மோதல் நிலை தொடர்பான ஆய்வு நிலையம் இறுதியாக மேற்கொண்ட ஆய்வில் இலங்கையை ஐ.எஸ். அமைப்பு தாக்குதல் தளமாக வைத்திருப்பது கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளது.

ஆகவே, இந்த இசைநிகழ்ச்சியை பயன்படுத்தி, பாரிஸ் தாக்குதல் போன்று கொழும்பிலும் நடாத்தப்படலாம் என்றொரு ஊகம் நிலவுகிறது. எனினும், ஐ.எஸ். பயங்கரவாதிகள் குறித்து புலனாய்வு பிரிவினர் மிகவும் அவதானத்துடன் இருக்கின்றனர். ஏற்கனவே, கட்டுநாயக்க விமான நிலையத்தில் பாதுகாப்புகள் பலப்பட்டுத்தப்பட்டுள்ளமையும் குறிப்பிடத்தக்கது.

அடுத்து மூன்றாவதாக பொதுபல சேனாவும் எதிர்க்க தொடங்கியுள்ளது. வவுனியாவில் சிங்கள மக்கள் விரட்டப்படுகிறார்கள். இதற்கு எவ்வித நடவடிக்கையும் எடுக்காத ஜனாதிபதி செயலகம் ரஹ்மானின் இசை நிகழ்ச்சிக்காக 800 மில்லியன் ரூபாவை செலவிடுவதாக அந்த அமைப்பின் செயலாளர் கலகொட அத்தே ஞானசார தேரர் சாடியுள்ளார்.

ஏ.ஆர். ரஹ்மானை இலங்கைக்கு அழைத்துவருவதன் மூலம் இனவாத பிரசாரத்தை சிங்கள மக்கள் மத்தியில் அரசாங்கம் முடுக்கிவிட்டுள்ளதாக பொதுபல சேனா கூறுகிறது. உண்மையைச் சொன்னால், பொதுபல சேனா இந்த இசைநிகழ்ச்சியை எதிர்ப்பதற்கு காரணம் 'ரஹ்மான்' என்ற இஸ்லாமிய பெயரேதவிரவேறில்லை. பொதுபல சேனாவின் இந்த பிதற்றல் இசைநிகழ்ச்சியை எவ்விதத்திலும் பாதிக்காது என்று ஏற்பாட்டாளர்கள் சார்பில் கருதப்படுகிறது.

பல எதிர்ப்புகளை தாண்டி ஏ.ஆர். ரஹ்மான் 23ஆம் திகதி இலங்கைக்கு வருவாரா இல்லையா என்பதை பொறுத்திருந்துதான் பார்க்கவேண்டும். இசைப்புயல் அவ்வாறு வந்து இசைநிகழ்ச்சியை நடாத்தினால் அது இலங்கையின் இசைத்துறையில் ஒரு வரலாற்று நிகழ்வாக கருதப்படும்.

அதிக விலைக்கு காப்புறுதி செய்துள்ள பிரபலங்கள்

அமெரிக்கா பெர்ரேரா

அமெரிக்கா பெர்ரேரா தனது பற்களை 10 மில்லியன் டொலர்களுக்கு காப்புறுதி செய்து வைத்திருக்கிறார்.

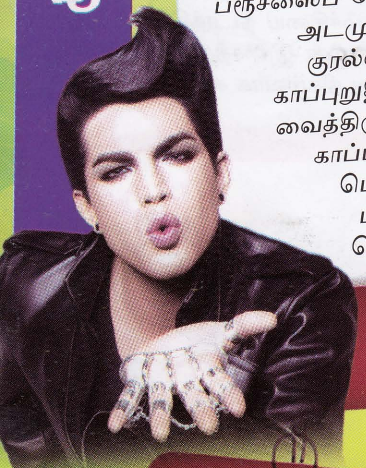
ப்ரூஸ் ஸ்ப்ரிங்ஸ்டீன்

ப்ரூஸ் ஸ்ப்ரிங்ஸ்டீன் என்பவர் ஒரு பாடகர். இவர் தனது குரல் வளத்தை 5.7 மில்லியன் டொலர் களுக்கு காப்புறுதி செய்துள்ளார்.

கிம் கர்தாஷியன்:

உலகின் முன்னணி மொடல் அழகியான கிம் கர்தாஷியன் தனது பின்னழகை காப்புறுதி செய்துள்ளார். அவர் தனது பின்னழகை 21 மில்லியன் டொலர்களுக்கு காப்புறுதி செய்துள்ளார்.

அடம் லம்பேர்ட்



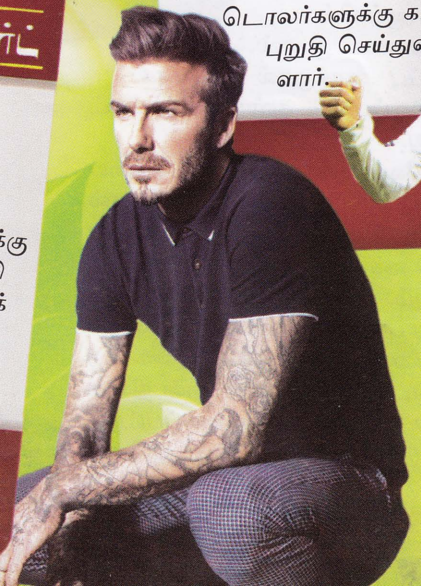
ப்ரூசஸைப் போலவே அடமும் தனது குரல்வளத்தை காப்புறுதி செய்து வைத்திருக்கிறார். காப்புறுதியின் பெறுமதி 47 மில்லியன் டொலர்கள்

ஜெனிபர் லோபஸ்

ஹொலிவுட்டின் முன்னாள் கனவுக் கன்னியான ஜெனிபர் லோபஸ் தனது பின்னழகை 300 மில்லியன் டொலர்களுக்கு காப்புறுதி செய்து வைத்துள்ளார்.

டேவிட் பெக்கம்

தனது கால்பந்தாட்டம் முதல் தலைமுடி அலங் காரம் வரை உலகளவில் பெரும் ரசிகர் பட்டா ளத் தையே உருவாக்கியுள்ள டேவிட் பெக்கம் தனது கால்களை 70 மில்லியன் டொலர்களுக்கு காப் புறுதி செய்துள் ளார்.

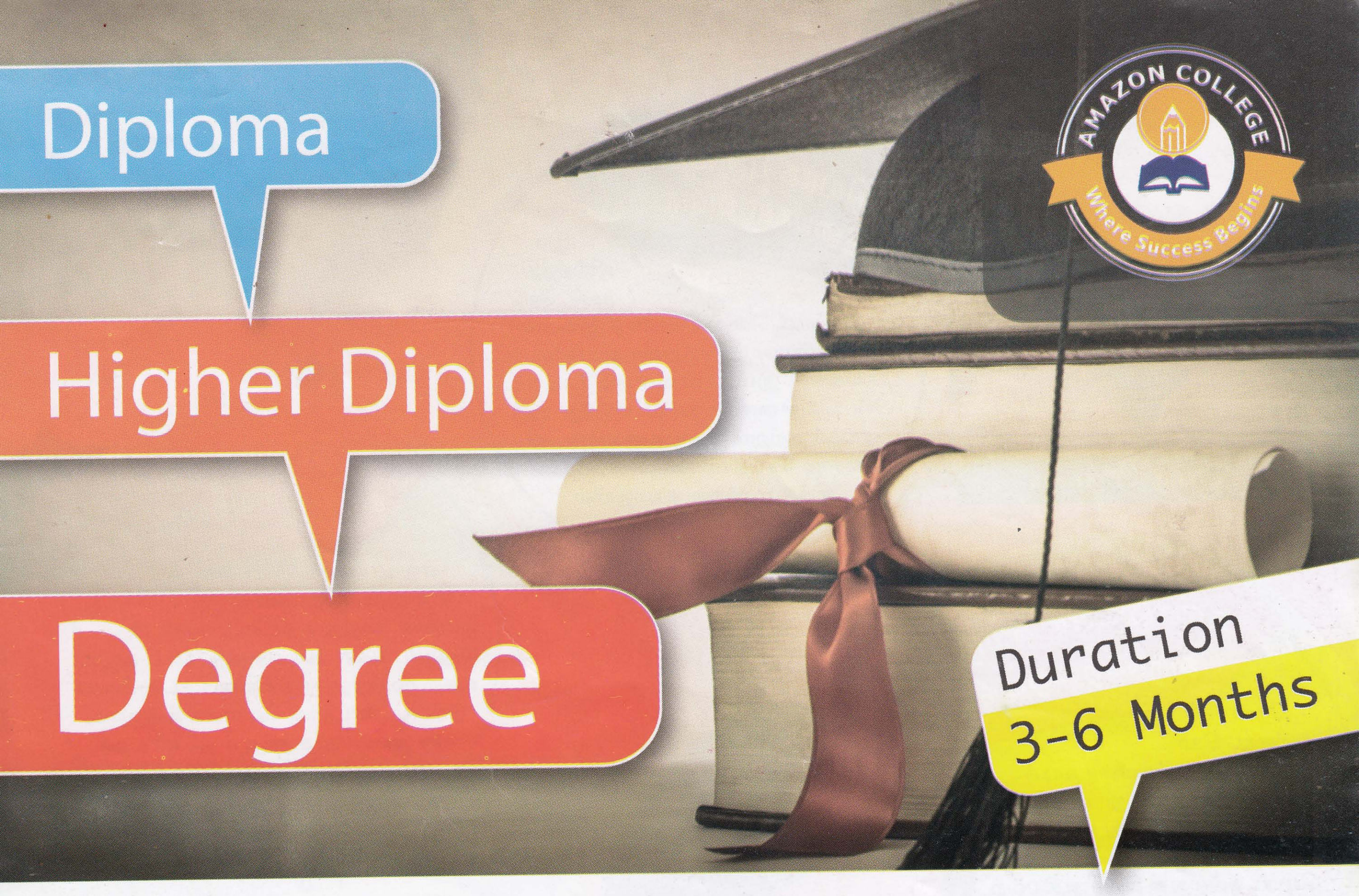


ஜூலியோ ரோபர்ட்

ஜூலியோ ரோபர்ட் எனும் மற்றுமொரு ஹொலிவுட் பிரபலம் தனது புன்னகையை 30 மில்லியன் டொலர்களுக்கு காப்புறுதி செய்திருக் கிறார்.

கிறிஸ்டினோ ரொனால்டோ

கால் பந்தாட்ட சூப்பர் ஹீரோவான ரொனால்டோ தனது கால்களை காப்புறுதி செய்துள்ளார். ஆனால் அவரைவிட இரு மடங்கு அதிகமாக, 144 மில்லியன் டொலருக்கு காப்புறுதி செய்துள்ளார்.



- International Diploma in Montessori (AMI) Teacher Training
- Diploma in Child Psychology & Counselling
- Diploma in Business Management
- First Aid Training
- English / IELTS
- Brain Activation Program (Brain Gym) for Kids
- Diploma in Mass Media
- Diploma in Counselling & Psychology
- International Foundation Program

sms your name & address to
0765204605 for inquiries

We are Accredited with : UK CCL

PQMS 5001 : 2085

ISO 9001 REGISTERED FIRM

In Association with

AeU asiaeuniversity | City & Guilds | BRITISH COUNCIL Trained Agent | EBMA | VARNA UNIVERSITY OF MANAGEMENT | SRI LANKA RED CROSS SOCIETY

Amazoncollege Srilanka

For more information

AMAZON COLLEGE

294, 2nd Floor, Galle Road, Colombo-04, Sri Lanka.
Tel: +94 114 386 126 | E-mail: info@amazoncollege.lk
amazoncollegesl@gmail.com | www.amazoncollege.lk

அடர்த்தியாக புருவங்கள், இமைகள் வளர

இரவில்நித்திரைக்கு செல்ல முன் தேங்காய் எண்ணெய் கொண்டு இமைகள், புருவங்கள் மசாஜ் செய்துவர அடர்த்தியாக புருவங்கள், இமைகள் வளரும். முட்டையின் வெள்ளைக்கருவை எடுத்து புருவங்கள் மற்றும் இமைகளுக்கு தடவி மசாஜ் செய்தால் பலன் கிட்டும். இந்த மசாஜை காலையில் செய்யவும்.

* பா.மலரம்பிகை

உதட்டைச் சுற்றியுள்ள கருவளையத்தைப் போக்க

எலுமிச்சை சாற்றையும், தேனையும் ஒன்றாக கலந்து உதட்டை சுற்றி 10, 15 நிமிடங்கள் ஊறவைத்து நீரில் கழுவி உலரவைத்து தகுந்த கிறீமை தடவவேண்டும். முட்டையின் வெள்ளைக் கருவையும் இவ்வாறு உதட்டில் தடவி உலர வைத்து வெதுவெதுப்பான நீரில் கழுவி வந்தாலும் பலன் கிடைக்கும்.

கண்ணைச் சுற்றியுள்ள சுருக்கத்தைப் போக்க

தேயிலையை கொதிக்கவைத்த தண்ணீரை வடிக்கட்டிக்கொண்டு சிறு பஞ்சித்துண்டால் அதனை எடுத்து கண்ணை சுற்றி ஒத்தடம் கொடுக்கலாம். எண்ணெய் அல்லது ஐ கிறீம் ஆகியவற்றை கண்ணைச்சுற்றி மசாஜ் செய்து வரலாம். மசாஜ் செய்யும்போது மிகவும் அழுத்தாமல், மென்மையாக மசாஜ் செய்வது நல்லது.

பாதங்களில் உள்ள கருமையைப் போக்க

எலுமிச்சையை வெட்டி உப்பு தூவி அதனை கருமை படிந்துள்ள பாதங்களில் 15 நிமிடங்கள் வெதுப்பான நீரில் கழுவுங்கள். அல்லது ஒரு தேக்கரண்டி அப்பச் சோடாவை வெதுவெதுப்பான நீரில் கலந்து ஷம்புவையும் சேர்த்து 15 நிமிடம் காலை ஊற வைத்து கழுவுங்கள்.

கூந்தலின் அடர்த்தியை அதிகரிக்க

முட்டை வெள்ளைக் கருக்கள் இரண்டை எடுத்து நல்லெண்ணையில் கலந்து ஸ்கல்புக்கு படும்படி நன்கு மசாஜ் செய்து குளிர்ந்த நீரில் குளிக்கவேண்டும். வெங்காயச் சாற்றினை தேங்காய் எண்ணெய்யுடன் கலந்து தலையில் நன்றாக மசாஜ் செய்து, ஊறவைத்து தலையை நன்றாக கழுவி வந்தாவ வேண்டும்.

முகத்திலுள்ள கரும்புள்ளிகளை நீக்கலாம்

கறுவாப்பட்டைகளை காய வைத்து பொடிசெய்து தேன் அல்லது எலுமிச்சைச்சாறு கலந்து முகத்தில் கரும்புள்ளிகளில் தடவிய பின்னர், சிறிது நேரம் கழித்து கழுவினால் கரும்புள்ளிகள் நாளடைவில் மறையும். அப்பச் சோடாவை நீரில் கலந்து தடவி சிறிது நேரத்துக்கு பின் துடைத்து எடுக்க வேண்டும்.

இணைய(ா) காதல்

இணையத்தளங்களில் பொருள் வாங்கி உடைந்தால்கூட பரவாயில்லை. காதலிக்க ஆசைப்பட்டு ஆஸ்பத்திரிக்கு போன கதைகள்தான் இணைய(த்தள) காதல்கள் முடிகிறது. இவ்வாறு இணைய காதல்களுக்கு ஆப்பாக அமைந்த சில காதல்களை வாசகர்களுக்காக தருகிறோம்.

அமெரிக்காவின் ப்ராட்டும் சீனாவில் இருக்கும் ஒரு பெண்ணும் இணையத்தளத்திலேயே காதலித்திருக்கிறார்கள். 18 வயதான ப்ராட் ஆர்வத்தில் 7,000 மைல்கள் பயணித்து காதலியை பார்ப்பதற்காக சீனாவுக்கு வந்திருக்கிறார்.

சீனாவில் அவளது தொலைபேசிக்கு அழைப்பை மேற்கொண்டபோது சுவிட் ஒப் செய்யப்பட்டிருந்தது. சீனாவில் தனது காதலியை தேடித் தேடி தேவதாஸ் கோலத்தில் மதுப் போத்தலுடனும் தாடியுடன் அலைந்துதிரிந்த ப்ராட், கடைசியில் தற்கொலை செய்யும் முடிவுக்கே போய்விட்டார்.

இவரை எப்படியோ காப்பாற்றிய சீன பொலிஸ் அதிகாரிகள் கடைசியாக அமெரிக்காவுக்கு அனுப்பி வைத்திருக்கிறார்கள். பொலிஸாரும் பாவப்பட்டு அந்தப் பெண்ணை தேடி கண்டுபிடித்து அமெரிக்க இளைஞனின் நிலைமையை விளக்கியுள்ளார்கள். அதற்கு அந்தப்பெண், ‘சாகக் கிடக்கிறார் என்பதற்காகவெல்லாம் பார்க்க முடியாது’ என்று அதட்டலுடன் கூறியுள்ளாள்.

அமெரிக்காவைச் சேர்ந்த சாரா என்ற பெண் ஆபிரிக்காவிலுள்ள கிறிஸ் ஆல்சனை இணைய வழியாக காதலித்திருக்கிறார். ஆல்சனும் சொல்லுடா ராணி... தேன் அடை... என்று செல்லமழை பொழிய, சாரா டொலர்களை வாரி இறைத்திருக்கிறார். சுமார் 1 மில்லியன் டொலர் வரை ஏமாந்தும், ஆல்சன் திரும்பி வருவார் என்று நம்பிக்கொண்டிருக்கிறார் சாரா.

அதன்பின்னர் அமெரிக்காவில், சொல்வதெல்லாம் உண்மை போன்றதொரு நிகழ்ச்சியில் சாராவுக்கு வேப்பிலை அடித்து அனுப்பியிருக்கிறார்கள். சுமார் 15 கோடி ரூபாயை சும்மா கொடுத்து இருக்கீங்க சாரா. இதெல்லாம் எவ்வளவு பெரிய கேவலம்?

நியூசிலாந்தில் வாழும் 33 வயதான நடாலியா பர்கெஸ் வேறமாதிரியான ஆள். அழகான பெண்களின் புகைப்படங்களை வைத்து சமூக வளைத்தளங்களில் பல கணக்குகளை ஆரம்பித்திருக்கிறார். நடாலியாவின் அதிகபட்ச சுரண்டல் எல்லாம், மொபைல் ரீசார்ஜ் மட்டும்தான். ஆனால் சில நாட்களில், அந்த கணக்கில் இருக்கும் பெண் இறந்துவிட்டார் என ஸ்டேட்டஸ் போடுவாராம். இவர் ரொம்ப சின்ன திருடர்.

கடந்த வருடம் மட்டும் அஸ்திரேலியாவில் சுமார் 16 மில்லியன் டொலர் பணத்தை இணையத்தள துணையை நம்பி ஏமாந்திருக்கிறார்கள். இவ்வாறான 2620 பேர் பொலிஸ் நிலையத்தில் முறைப்பாடு செய்திருக்கிறார்களாம். இந்த எண்ணிக்கை அவுஸ்திரேலியாவில் மட்டுமே. நம்மவர்கள் ஏமாந்தாலும், வெளியே சொன்னால் வெட்கக்கேடு என்பது போல் சிரித்த முகத்துடனே இருந்துவிடுவார்கள். இதுபோல புலம்பெயர்ந்துள்ள தமிழர்களிடம் பணம்கறந்த சில பெண்களின் உண்மை முகங்களும் இணையத்தளங்களில் நாறடிக்கப்பட்டது நினைவிருக்கலாம்.

இன்னும் சிலர் பெண்களின் பெயரில் போலியான மின்னஞ்சல், பேஸ்புக் கணக்குகளை திறந்து, உங்களுடன் உறவாட விரும்புகிறேன். எனது மின்னஞ்சல் முகவரியுடன் தொடர்புகொள்ளுங்கள் என்று கொடுப்பார்கள். அதில் பெரும்பாலும் பகிரப்படுவது ஆபிரிக்க, கறுப்பின பெண்களின் புகைப்படங்களாகும். அதில் ஆச்சரியமான விடயம் என்னவென்றால், ஒரே புகைப்படம் பல பெண்களின் பெயரில் அனுப்பப்படுவதுண்டு. இந்த சித்து விளையாட்டில் பலர் குழுக்களாக இணைந்து செயற்பட்டு வருகின்றனர்.

எனது குடும்பத்தில் யாருமில்லை. எனக்கு இவ்வளவு சொத்து இருக்கிறது. ஆகவே, என்னை திருமணம் செய்தால் அந்தப் பணம் நமக்கு (உங்களுக்கு) வரும். இதற்கு முதலில் ஒரு குறித்த தொகையை அனுப்பி என்னை விடுவியுங்கள் என்றெல்லாம் கதைவிடுவார்கள். இதையெல்லாம் நம்பி யாரும் ஏமாந்துவிடாதீர்கள்.

என்னதான் இணையத்தள காதலில் ஏமாந்தாலும், சில நல்ல காதல்களும் அதில் கிடைத்துள்ளதாக தெரிவிக்கிறார்கள். சிலருடைய வாழ்க்கையில் குத்துவிளக்கு ஏற்றியவர்களும் இந்த இணையத்தில் சிக்கியவர்களே என்பதையும் நம்பித்தான் ஆகவேண்டும்.

ஆனால், எல்லோருக்கும் ‘காதல் கோட்டை’ தேவயானியும், அஜித்தும் வந்து சிக்குவதில்லை என்பதை மட்டும் நினைவில் வைத்துக்கொள்ளுங்கள்.

கே.சுபானி

மரணித்த மனிதம்

காலத்தின் கட்டளைக்குள் கட்டுண்டுபோன நாம், அக்காலத்தைவிட வேகமாக ஓடிக்கொண்டிருக்கிறோம். எதை நோக்கி இந்த அசுர வேகம் என்று கேள்வி எழுப்பினால் அதற்கு ஒவ்வொரு தரப்பினரும் வேறுபட்ட கருத்துகளை கூறக்கூடும். இதில் சிலர் பணத்துக்காகவும், பாசத்துக்காகவும் ஏன் அதிகாரத்தை தக்க வைத்துக் கொள்வதற்காகவும் ஓடிக்கொண்டிருக்கின்றனர்.

இதில் நாம் எதைநோக்கி ஓடினாலும் ஈற்றில் என்னவோ மண்ணோடு மண்ணாவதே நிதர்சனமான உண்மை. இதுவே யதார்த்தமும் கூட. எனினும், மண்ணில் வாழும் இக்குறுகிய கால வாழ்க்யை அர்த்தமுள்ளதாக மாற்றிக் கொள்ள மனிதன், மனிதத்தை கற்றுகொள்ளவேண்டிய கட்டாயத்துக்கு தள்ளப்பட்டுள்ளான்.

மனிதன் மனிதனாக வாழ வேண்டுமாயின் மனிதம் உயிர்பெற்றிருக்க வேண்டும். மனிதம் மரிப்பின் அவன் ஐந்தறிவுடைய மிருகத்துக்கு நிகரானவனாக உருக்கொள்கிறான். இதற்கு சான்றுபகரும் வகையில் அண்மைக்காலமாக மனித சமூகத்தில் பஞ்சமா பாதக செயல்களான கொலை, கொள்ளை, களவு, சூது, காமம் என்பன தலைவிரித்தாட ஆரம்பித்துள்ளன.

நாட்டில் அண்மைகாலமாக பாலியல் வன்புணர்வு சம்பவங்கள் அதிகரித்துக்கொண்டிருக்கும் இவ்வேளையில் இதில் மற்றுமொரு பேரிடியாக குழந்தைகள் மற்றும் சிறார்கள் மீதான தாக்குதல் சம்பவங்கள் தாண்டவமாடிக் கொண்டிருக்கின்றன.

கடந்தகாலங்களில் இவ்வாறான சம்பவங்கள் அவ்வப்போது இடம்பெற்றிருந்தாலும் இதுகுறித்த சம்வங்கள் அண்மைக்காலமாக அதிகரித்துள்ளன. சொகுசுக்காக குழந்தைகளை விற்றல், அனாதையாக்குதல், சூடுவைத்தல், சித்திரவதை செய்தல், விபசாரத்தில் ஈடுபடுத்தல் என கொடுமைகள் அரங்கேறிக் கொண்டே போகின்றன.

அண்மையில் மட்டக்களப்பு மாவட்டத்தில் காத்தான்குடி ஆறாம் குறிச்சி பகுதியில் 10 வயதுடைய சிறுமியொருவருக்கு சூடுவைத்து, வதைத்த சம்பவம் அம்பலமாகி அனைவரையும் பதைபதைக்க வைத்தது.

தனக்கு நிகழ்ந்த சம்பவம் குறித்து சிறுமிகூறும்போது, 'கரண்டியைநெருப்பில் காய்ச்சி தனது வளர்ப்புத்தாய் உடம்பில் சூடுவைப்பார். கடந்த இரண்டு வருடங்களுக்கும் மேலாக எனது உடம்பில் பல பகுதிகளில் இவ்வாறு சூடுவைத்தார். அழூதால் பேபிகிறீமைகாயத்தில் பூசிவிடுவார்கள். குளிசைகளையும் தருவார்கள் தொடராக எனக்கு அடிப்பதுடன் இடைக்கிடையே உடம்பில் சூடுவைப்பார்கள்' என அச்சிறுமி வாக்குமூலம் அளித்துள்ளார்.

மிருகங்களையோ, பறவைகளையோ கூண்டில் அடைத்து வளர்த்தால் மிருகவதை எனக்கூறி வன ஜீவராசிகள் சட்டத்தின்கீழ் நீதிமன்றில் வழக்கு தொடரும் சட்டம் அமுலில் உள்ள நாட்டில் இருந்துகொண்டு, ஆறறிவு கொண்ட மனிதன் தம்மையொத்த மனித உயிரை தண்டிப்பதில் எவ்வகையில் நியாயம் கற்பிக்க முடியும்.

இதுமட்டுமா! கடந்த 2014ஆம் ஆண்டு வீடு வாங்க வேண்டும் என்ற பேராசையில் பிறந்து 7 நாட்களேயான பச்சிளம் குழந்தையை வெறும் 50 ஆயிரம் ரூபாவுக்கு மோதரை பிரதேசத்தில் விலைபேசி விற்றுள்ளார்.

இதுவரை காலமும் கல்யாண சந்தையில் மாத்திரமே பெண்களை விலைபேசி விற்றுக் கொண்டிருந்தார்கள். ஆனால், இன்றோ தான் 10 மாதம் சுமந்துபெற்ற குழந்தையை தனது சுகபோக வாழ்க்கைக்காக எவ்வித சலனமும் இல்லாமல் விலைபேசி விற்கும் அவலநிலை ஏற்பட்டுள்ளது. ஒரு மனித உயிருக்கு விலைபேசி விற்கும் மனித சந்தையாக இலங்கை உருவெடுத்துக்கொண்டிருக்கின்றது. இந்நிலை தொடருமாயின் எதிர்கால சந்ததியினரின் வாழ்க்கை கேள்விக்குறியாக மாறிவிடும்.

மேலும் கொழும்பு, வெல்லம்பிட்டிய பகுதியில் தாயின் தாக்குதலுக்கு இலக்காகி பாத்திமா ஷாபியா என்ற 6 வயது சிறுமி 2014ஆம் ஆண்டு உயிரிழந்தமை யாவரும் அறிந்ததே.

அதுபோல கணவன் - மனைவிக்கிடையிலான ஊடலின் விளைவாக கடந்த 2014 ஒகஸ்ட் 24ஆம் திகதி பேருவளை புபுலஹேன பகுதியில் ஹிருணி பபசரா என்ற ஒன்றரை வயதுடை பச்சிளம் பாலகியை தந்தையே கல்லில் (தரையில்) அடித்து கொன்ற சம்பவம் இடம்பெற்றது.

ஒருகணம் அந்த பச்சிளம் பாலகி கல்லில் அடிப்பட்டதும் துடிதுடித்து என்ன பாடுபட்டிருப்பாள்? நினைக்கும்போதே நெஞ்சம் பதறுகின்றதல்லவா?

இதுமட்டுமல்ல கடந்த மார்ச் மாதம் மாத்தறை மாவட்டத்தில் திக்குவல்லை பொலிஸ் பிரிவுக்குட்பட்ட பகுதியில் 15 வயதான சிறுமியொருவரை 3 மாதங்களாக அடிமையாக வைத்து, அவரை தாக்கி பலவந்தமாக [illegible]து மற்றும் சிறுநீரை பருகக் கொடுத்து, வன்கொடுமைகளுக்கு உட்படுத்தியுள்ள சம்பவம் அதிர்ச்சியூட்டுவதாக அமைந்திருக்கிறது.

[illegible] பாணியில் இடம்பெற்றுக்கொண்டிருக்கும் இந்த சம்பவங்களால் நாடு இன்று சீரழிவை நோக்கிய பாதையில் பயணிப்பதை எண்ணிப்பார்க்கின்றபோது ஏதோ இனம்புரியாத பயத்தையும் கவலையையும் ஏற்படுத்துகிறது.

என்ன கொடுமை... உங்களால் சகித்துக்கொள்ளமுடியவில்லையா? ஆம், இதைவிட இன்னுமொரு கொடுமையும் இருக்கின்றது. தான் பெற்ற பிள்ளையையே விபசாரத்தில் ஈடுபடுத்தி ஊதியம் தேடிவந்த தாயொருவர்

குறித்த செய்தியே இது.

கடந்த 2014ஆம் ஆண்டு பாடசாலைக்கு சென்றுகொண்டிருந்த தனது மகளிடம் ஆசை வார்த்தைகள் கூறி பணம் சம்பாதிக்கும் புதிய வழி விபசாரமே என சூட்சுமமாக எடுத்துரைத்து அந்த பாதாளத்துக்குள் தள்ளிவிட்டுள்ளார் அந்த தா(நா)ய்.

ஆயிரம் உறவுகள் இருந்தாலும் அத்தனை உறவுகளிலும் ஆத்மார்த்தமான, தன்னலமற்ற அன்பை ஒருமித்து தருவது தாயன்பு மட்டுமே. இதனை யாரும் மறுத்துவிடமுடியாது. ஒருபெண்ணுக்கு தாய் என்ற அந்தஸ்தை, அந்த உயர் பதவியை வழங்குவது குழந்தையே. அந்த தாய்க்கும் சேய்க்கும் இடையிலான தொப்புள்கொடி உறவு என்பது பாதியில் நின்ற பஸ் பயணமல்ல. அது ஜென்மஜென்மமாக தொடரும் புனித யாத்திரை.

ஆனால், இன்றோ அந்த புனித யாத்திரைக்கு களங்கம் ஏற்படுத்தும் வகையில் பல்வேறு சகப்பான சம்பவங்கள் அரங்கேறிக் கொண்டிருக்கின்றமை கொடுமையிலும் கொடுமை. இவ்வாறான சம்பவங்கள் எமது நாட்டில் மட்டுமன்றி உலகின் பல்வேறு நாடுகளிலும் நடந்தேறிக்கொண்டுதான் இருக்கின்றன.

இப்போதெல்லாம் கல்லை தூக்கி எறிவது போன்று பெற்ற குழந்தைகளையும் தூக்கி எறிந்து விடுகிறார்கள். ‘அட… வளர்க்க முடியாது என்றால், ஏங்க பெத்துக்கனும்…?’

இதற்கு ஏற்றாற்போல், கரப்பந்து வீராங்கனை ஒருவர் கரப்பந்து விளையாடிக் கொண்டிருக்கும்போது தனது சிசுவை பிரசவித்துவிட்டு புதரில் வீசிய சம்பவமொன்று அண்மையில் சீனாவில் பதிவாகியுள்ளது.

சீனாவின் ஷெஜியாங் மாகாணத்திலுள்ள சாங்ஸிங் நகரில் பெண்களுக்கான தேசிய கரப்பந்து சாம்பியன் ஷிப் போட்டி நடைபெற்றுகொண்டிருந்தவேளை, 18 வயது வீராங்கனை ஒருவர் தான் நிறைமாத கர்ப்பிணி என்பதை மற்றவர்களுக்கு மறைத்து விளையாடிக் கொண்டிருந்தார்.

போட்டி விளையாடிக் கொண்டிருந்த போது, திடீரென அந்த வீராங்கனைக்கு பிரசவ வலி ஏற்பட்டுள்ளது. அவர் உடனடியாக மைதானத்திலிருந்து வெளியேறிய கழிப்பறை சென்று சிசுவை பிரசவித்துள்ளார். பின்னர் யாருக்கும் தெரியாமல், அந்த சிசுவை அருகில் இருந்த பற்றைக் காட்டுக்குள் வீசிவிட்டு, மீண்டும் மைதானத்துக்கு சென்று கரப்பந்து போட்டியை தொடர்ந்துள்ளார்.

இதற்கிடையே அந்த வழியாக சென்ற ஒருவர், அந்த சிசுவை காப்பாற்றியுள்ளார். குழந்தை புதருக்குள் இருந்த இடத்திலிருந்து இரத்தம் படிந்த கால்தடம் மைதானத்தை நோக்கி சென்றதை அவதானித்த அவர், இதுதொடர்பில் அங்கு நின்றிருந்த பொலிஸாருக்கு தெரியப்படுத்தியுள்ளார்.

இதன்பின்னரே வீராங்கனையின் செயல் அம்பலத்துக்கு வந்தது. பிறந்த சிசுவை புதருக்குள் வீசிச்சென்ற வீராங்கனையின் செயலால் போட்டியை பார்க்க வந்தவர்கள் அதிர்ச்சியில் ஆடிப்போனார்கள்.

இன்றைய காலகட்டத்தில் எத்தனையோ பெற்றோர் தமக்கு குழந்தை வரம் இல்லையே என்ற ஏக்கத்தில் கோயில், தர்காக்களுக்கு சென்று பல்வேறு நேர்த்திக்கடன்களை செலுத்துகின்றனர். பிரார்த்தனைகளில் ஈடுபட்டுகிறனர். ஏன் மருத்துவ சிகிச்சைகள் மேற்கொண்டும் பலனின்றி நொந்துகொண்டிருக்கின்றனர்.

இன்று குழந்தைகளை பிரசவித்து குப்பை தொட்டில்களிலும் பற்றைக் காடுகளுக்குள்ளும் வீசிஎறிந்துவிட்டு செல்வோருக்கிடையே குழந்தைகள் இன்றி குமுறிக்கொண்டிருப்போரை நினைத்துப் பார்க்கின்றபோது ‘கடவுளும் கஞ்சன்’ என்றே எண்ணத் தோன்றுகிறது.

இந்நிலையில் பெற்ற தாயால் கைவிடப்பட்டு தொப்புள்கொடியுடன் குப்பைத்தொட்டியில் கிடந்த அனாதை குழந்தையை காப்பாற்றிய தெருநாய் பற்றிய புதிய செய்தி, கைவிட்ட அந்த தாயைவிட, உயிர்கொடுத்த அந்த நா(தா)யே கண்கண்ட தெய்வம் என்ற புதிய அகராதியை உருவாக்கியுள்ளது.

ஆறறிவுகொண்ட மனிதர்களால் விரட்டியடிக்கப்படும் ஐந்தறிவு உயிரினமான நாய்கள் மனிதர்களைவிட மேன்மையானவை தான் என்பதை இந்த நாய் நிரூபித்துள்ளது.

சாதாரணமாக, நாய்களும் பூனைகளும் இரத்தம் போன்ற துர்நாற்றம் வீசும் பொருட்களை இரையாக்கிக் கொள்வதில் ஆர்வம் காட்டும். ஆனால், இரத்தமும் சதையுமாக, தொப்புள்கொடிகூட அறுபடாமல் குப்பைத்தொட்டியில் அனாதையாக கிடந்த அந்த ஆண்குழந்தையின் உடலில் தனது பல்கூட பதியாத வகையில் அழகாக வாயால் கவ்விக் கொண்டுவந்த அந்த நாய், அருகிலிருந்த வீட்டின் வாசலில் குழந்தையை கிடத்திவிட்டு, குரைத்து குரல் கொடுத்துள்ளது.

விரைந்து வெளியேவந்த வீட்டின் உரிமையாளர்கள் உடனடியாக அந்த குழந்தையை அருகாமையிலுள்ள வைத்தியசாலைக்கு தூக்கிச்சென்று, முதலுதவியளித்து உயிர்பிழைக்க வைத்துள்ளனர்.

தாய் அன்பின் மேன்மையை உலகுக்கு எடுத்துரைக்க மனிதனுக்குமட்டும்தான் முடியுமா என்ற கேள்விக்கு சவால்விடும் வகையில் ஐந்தறிவு கொண்ட ஜீவராசிகளும் விளங்குகின்றன. யானை இனத்தை எடுத்துக்கொண்டால், குட்டி ஈன்ற யானையொன்று தனது குட்டிக்கு மாத்திரம் பால்கொடுக்காது பசித்திருக்கும் வேறு யானைகளின் குட்டிகளும் பால்கொடுக்கும் சிறப்பை கொண்டிருக்கின்றன.

இந்த ஐந்தறிவுகொண்ட ஜீவன்களின் உன்னத செயலை எமது சமூகத்தில் நடந்தேறிக் கொண்டிருக்கும் பஞ்சமா பாதக செயல்களுடன் ஒப்பிடுகையில் மனிதம் மரணித்துப் போய் விட்டதாகவே தோன்றுகிறது. இவ்வாறான சம்வங்கள் தொடர்ந்து நடைபெற்றால் எதிர்காலத்தில் எமது நாடு சுடுகாடாக போய்விடும்.

பக்கவிளைவுகள் அற்ற ஹோமியோபதி மருத்துவம்

உலக வரலாற்றில் இன்றைக்கு ஹோமியோபதி மருத்துவமுறை மிகச் சிறப்பு வாய்ந்த மருத்துவமுறையாக காணப்படுகிறது. அந்த வகையில் இம்மருத்துவமுறை பல்வேறு நோய்களுக்கு மருந்தாக அமைகிறது. நடைமுறையில் பல்வேறு மருத்துவ முறைகள் வந்தாலும் ஹோமியோபதி மருந்துகள் பயனற்றதாகவோ அல்லது பக்கவிளைவுகளை ஏற்படுத்துவதாகவோ அமையாது. மனித குலத்திற்கு நன்மை செய்து வருகிறது. ஹோமியோபதி மருத்துவமுறை பற்றி வைத்தியர் ஏ.ஜேசுதாஸ் விளக்கமளிக்கிறார்.

• ஹோமியோபதி என்றால் என்ன?

ஜேர்மன் நாட்டின் மருத்துவப் புரட்சியாளர், மருத்துவச் சீர்திருத்தவாதி, ஹோமியோபதி மருத்துவத் தந்தை டாக்டர் சாமுவேல் ஹோனிமன் *(1755-1843)*. அவர் நிறுவிய புதிய மருத்துவ முறையின் பெயரை ஹோமியோபதி என்றார். ஹோமியோபதி உலகின் இரண்டாவது பெரிய மருத்துவமுறையாகும். சுமார் 250 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு ஆங்கில மருத்துவத்தில் எம்.டி. பட்டம் பெற்ற ஜேர்மன் நாட்டைச் சேர்ந்த டாக்டர். சாமுவேல் ஹானிமன் என்பவரால் கண்டுபிடிக்கப்பட்ட மருத்துவ முறையாகும்.

இலங்கையில் 1970 ஆம் ஆண்டு 7 ஆம் இலக்க சட்டத்தின் கீழ் புத்திஜீவிகளால் நடைமுறைக்கு கொண்டுவரப்பட்டது. 1981 ஆம் ஆண்டு சுகாதார அமைச்சின் அங்கீகாரத்துடன் பாராளுமன்றத்தில் ஹோமியோபதியின் சட்டம் மற்றும் ஒழுங்குவிதிமுறைகள் கொண்டுவரப்பட்டது.

ஒத்தநோய் அறிகுறிகளை ஒத்த மருந்துகளால் இயற்கையான முறையில் நோய்களை குணப்படுத்துவது ஹோமியோபதி மருத்துவ முறை.

• ஹோமியோபதி மருத்துவத்தில் பக்கவிளைவுகள் அதிகம் என்று சொல்லப்படுவது உண்மையா?

நூறு சதவீதம் தவறு. ஹோமியோபதி மருந்துகள் வீரியப்படுத்துதல் என்ற முறையில் மருந்தின் அளவைக் குறைத்து அதன் சக்தியை அதிகப்படுத்துகிறது. ஆகையால் இதில் மருந்தின் அளவு மிகமிகக் குறைவாக இருப்பதால் பக்கவிளைவுகள் என்பது இல்லவே இல்லை. மேலும் சக்தி மட்டுமே பயன்படுத்தப்படுவதால் எந்த பக்கவிளைவுகளும் இல்லாமல் நோயாளி குணப்படுத்தப்படுகிறார். அத்தோடு மருந்தின் மூலப்பொருட்கள் உடலில் தங்காததால் எந்தவொரு பக்கவிளைவையும் ஏற்படுத்தாது.

• ஹோமியோபதிக்கு பத்தியம் இருக்கிறதா?

ஹோமியோபதி மருந்து சாப்பிட எந்தவித பத்தியமும் இல்லை. நோயின் தன்மைக் கேற்றவாறு உணவுக் கட்டுப்பாடுகள் தேவை. ஹேமியோபதி மருந்துகள் வீரியமாக்கப்பட்டவை அதனால் எந்த விளைவையும் ஏற்படுத்தாது.

• ஹோமியோபதி மருந்துகளை யாரெல்லாம் சாப்பிடலாம்?

பிறந்த குழந்தைகள் முதல் வயதானவர்கள் வரை அனைவருக்கும் உகந்த இனிப்பானவை ஹோமியோபதி மருந்துகள். பெண்களுக்கு கர்ப்ப காலங்களில் எவ்வித பயமும் இன்றி உட்கொள்ளக்கூடிய ஒரே மருந்து ஹோமியோபதி.

• ஹோமியோபதி தாமதமாக வேலை செய்யும் என்பது சரியா?

தவறு. இது 100 சதவீதம் இனிமையான மருந்து. ஹோமியோபதி மருத்துவரிடம் வரும் நோயாளிகள் பெரும்பாலும் நீண்டகால நோய்களுடனே வருகிறார்கள்.

எத்தனை வருடங்கள் மருந்து சாப்பிட்டாலும் குணமாகாத இந்த நோய்கள் ஹோமியோபதியில் ஒன்று அல்லது இரண்டு வருடங்களிலேயே குணமாகிறது. தொடர்ந்து ஹோமியோபதி மருத்துவத்தில் உள்ளவர்களுக்கு குறுகிய கால நோய்களும் உடனடியாக குணமாகும்.

• ஹோமியோபதியில் அறுவைச் சிகிச்சைகளைத் தவிர்க்க முடியுமா?

மிக அதிக செலவு களை ஏற்படுத்தக்கூடிய, திரும்பத்திரும்ப வரக்கூடிய சிறுநீரகக்கல், மூலம், இருதய நோய்கள், கர்ப்பப்பை நோய்கள், பித்தப்பை கல், மார்பக கட்டிகள், சைனஸ் போன்ற நோய்களுக்கு அறுவை சிகிச்சையைத் தவிர்த்து மருந்துகள் மூலமாகவே குணமளிக்க முடியும்.

• ஹோமியோபதியில் எந்தெந்த நோய்கள் குணமாகும்?

நீண்டகால நோய்களான தும்மல், சைனஸ், ஆஸ்த்துமா, குடல்புண், டான்சில், நெஞ்செரிச்சல், தீராத தலைவலி, வாயு, சிறுநீரகக்கல் மற்றும் சிறுநீரக நோய்கள், கர்ப்பப்பை கட்டிகள், மூலம், குழந்தைப்பேறின்மை, மார்பகக் கட்டிகள், மூட்டுவலி, சர்க்கரை, இரத்தக் கொதிப்பு, இரத்தச்சோகை, இருதய நோய்கள், வயிற்றுப் போக்கு, கண்நோய்கள், குழந்தை நோய்கள் போன்றவை குணமாகும்.

குறுகிய கால நோய்களான காய்ச்சல், வாந்தி, வயிற்றுப்போக்கு, தலைவலி, வயிற்றுவலி போன்றவைகளையும் உடனடியாக குறைக்க முடியும். நோயை அல்லாமல் நோயாளியின் அறிகுறிகளை வைத்து மருந்து கொடுப்பதால் எந்த நோயாக இருந்தாலும் ஹோமியோபதியில் பார்க்க முடியும்.

YK GROUP

L.L No. 1945

HAZMEA

Careem's Agency | MANPOWER SUPPLIERS

YAHIYAKHAN GROUP

வெளிநாட்டு வேலைவாய்ப்பு முகவர் நிலையம்

சவூதி அரேபியா

ஓமான்

ஜோர்தான்

கட்டார்

- KANOO TRAVEL COLOMBO
- IDMS CAMPUS KALUNAI

HOTLINE: 077 6 888 888

Tel: 011 4323806 / 011 4323807 | Fax: 0112 6777190

E-mail: careem72@hotmail.com

எனக்கு காதலிக்க தெரியாது

லக்ஷ்மி மேனன்

▶ கேள்வி: உங்கள் பெயரின் பின்னால் மேனன் என்ற சாதி பெயர் இருக்கிறதே?

பதில்: இது எனது பெற்றோர்கள் வைத்த பெயர். எனக்கு அந்த பெயரில் பெரிதாக இஷ்டமில்லை. யாராவது என் பெயரைக் கேட்டால் லக்ஷ்மி என்றுதான் சொல்வேன். நான் இதை ஒரு பொருட்டாகவே கருதவில்லை.

▶ கேள்வி: நீங்கள் ராசியான நடிகை என நம்புகிறீர்களா?

பதில்: நான் அதை தவறாக பார்க்கிறேன். இந்த வார்த்தையே எனக்கு பிடிக்காது. நிறையப்பேர் இவ்வாறு என்னிடம் கூறும்போது தர்மசங்கடமாக இருக்கிறது. நீங்கள் நடித்தால் படம் ஹிட்டாகும் என்று சொல்லும்போது எனக்கு பயம்தான் அதிகமாக வருகிறது. படத்தில் ஒழுங்காக நடிக்கின்றேனா என்ற பயம் வேறு எனக்கு இருக்கிறது. சினிமாவில் நிலைத்திருக்க அதிர்ஷ்டம் வேண்டும். ஆனால், நான் நடித்துத்தான் படம் ஹிட்டாகும் என்பது தப்பான கருத்து.

▶ கேள்வி: பேய் பயம் உண்டா?

பதில்: பேய் என்றால் எனக்கு ரொம்ப ரொம்ப பயம். ஆனால், அதைவிட எனக்கு ரொம்ப பிடிக்கும். பேய் படங்களை அதிகமாக விரும்பி பார்ப்பேன். குறிப்பாக ஹொலிவூட் படங்களில் பேய் படங்களை ரசித்து பார்ப்பேன். பேய் படம் பார்த்துவிட்டு வீட்டுக்குள் சுவிட்சை அணைத்துவிட்டு வரும்போது ஓடிப்போவேன். பின்னால் யாராவது பிடிக்க வருகிறார்கள் என்ற நினைப்புத்தான் இதற்கு காரணம்.

▶ கேள்வி: உங்களுக்கு பாடும் சந்தர்ப்பம் எப்படி கிடைத்தது?

பதில்: ஒருநாள் பாடசாலையிலிருந்து வரும்போது டி. இமான் தொலைபேசியில் என்னிடம் பாடமுடியுமா என்று கேட்டார். நானும், ஆமாம் சேர் என்னால் பாடமுடியும் என்றேன். அதற்கவர், முதலில் உங்கள் குரலை பரிசோதிக்க வேண்டும். அது சரிவந்தால்தான் பாடமுடியும் என்றார். பின்னர் போய் நான் பாடியது பிடித்துப்போக குக்குறு... குக்குறு... பாடலை பாடிமுடித்தேன்.

▶ கேள்வி: உங்களை நல்ல பாடகி என்று உணர்கிறீர்களா?

பதில்: நான் ஒரு பாடகி இல்லை. நான் ஒரு பாத்றூம் சிங்கர். பாடகர்களுடன் என்னை ஒப்பிட்டு பேசமுடியாது. ஆரம்பத்தில் நான் பாடுவதில் பயிற்சிகள் எடுத்திருந்தேன். நான் ஒரு பாடகி இல்லாவிட்டாலும் பாடுவதற்கு முற்சிக்கிறேன்.

▶ கேள்வி: 'வேதாளம்' படம் போன்று இனி தங்கையாக நடிப்பீர்களா?

பதில்: யார்கூடவும் அப்படி நடிக்க வேண்டும் என்ற ஆசையில்லை. மீண்டும் தங்கையாக நடிக்கமாட்டேன். கதாநாயகியாகத்தான் நடிப்பேன். வேதாளம் படத்தில் தங்கை பாத்திரத்துக்கு அதிக முக்கியத்துவம் கொடுத்திருந்தார்கள். அதனால் அந்த பாத்திரம் எனக்கு பிடித்ததால் நான் நடித்தேன். ஆரம்பத்தில் மறுத்தேன். பின்னர் பல தடவைகள் கேட்டுக்கொண்டதினால் நடிக்க ஒப்புக்கொண்டேன்.

▶ கேள்வி: நீங்கள் எந்த இயக்குநரின் படத்தில் நடிக்க ஆசைப்படுகிறீர்கள்?

பதில்: கௌதம் மேனன். அவர் தனது படத்தில் கதாநாயகியை மிகவும் அழகாக காட்டுவார். அவருடைய எல்லா படங்களும் அப்படித்தான் இருக்கும். விண்ணைத் தாண்டி வருவாயா படத்தில் த்ரிஷாவை ரொம்ப ரொம்ப அழகாக காட்டியிருந்தார்.

▶ கேள்வி: படத்தில் யாருடன் ரொமான்ஸ் பண்ண பிடிக்கும்?

பதில்: விண்ணைத்தாண்டி வருவாயா படத்துக்கு பின்னர் நான் சிம்புவின் தீவிர ரசிகை. சிம்புவுடன் தான் ரொமான்ஸ் பண்ணவேண்டும். கௌதம்மேனன் படம் என்றாலே சிம்புதான் நினைவுக்கு வரும். இல்லாவிட்டால் சூர்யா.

▶ கேள்வி: உங்களது காதல் அனுபவம் எப்படி?

பதில்: எனக்கு நிறைய பாய்பிரண்ட் இருந்தார்கள். நிறைய சைட் அடிப்பேன். ஆனால், காதல் என்று நான் யாரிடமும் மாட்டிக்கொள்ளவில்லை. எனக்கு காதல் பிடிக்காது. காதலிக்கவும் தெரியாது. அது எனக்கு வரவும் வராது. காதலிப்பதால் நேரமும், பணமும்தான் விரயமாகிறது.

▶ கேள்வி: சினிமாத்துறை தவிர்ந்த எந்த துறையில் சாதிக்க விரும்புகிறீர்கள்?

பதில்: வியாபாரத்தில் சாதிக்க வேண்டும் என்ற விருப்பம் இருக்கிறது. ஆனால், அதைப்பற்றிய அறிவு எனக்கு கொஞ்சம்கூட இல்லை. நான் வர்த்தகத்துறையில் படிப்பதால் நன்றாக கற்றுவிட்டு வியாபாரத்தில் ஈடுபடவேண்டும் என்ற எண்ணம் இருக்கிறது.

செல்லங்கள்

நிக்கி கல்ராணி

ஜில் ஜங் ஜக் மாதிரி என் பெயரையே நிக், நிக்கி, நிக்குனு ஆளாளுக்கு அவங்களுக்கு பிடிச்ச மாதிரி கூப்பிட்டுக்குவாங்க. ஆனா, எங்க அப்பா ரொம்ப ஸ்பெஷலா, செல்லமா 'நாட்டி' என்டு கூப்பிடுவார். ஏன்னா, ஒரு தடவை எங்க அக்கா மேல கரப்பான் பூச்சியை பிடிச்சு தூக்கிப் போட்டுட்டேன். அவ பதறின பதறுக்கு... எங்க அப்பா விழுந்து விழுந்து சிரிச்சார். அப்போ வெச்ச பெயர் தான் அது. பட்டப்பெயர் என்னனு கேட்டீங்களே? என் ஒரிஜினல் பெயர் என்னனு இந்த 'நிகிதா' கிட்ட கேட்டீங்களா?

ரேஷ்மி மேனன்

வீட்டுல என்னை 'பப்பி' என்டு கூப்பிட்டு கடுப்பேத்துவாங்க. ஏன் இப்படினு கேட்டதுக்கு சின்ன வயசுல நீ செம கியூட்டா இருப்பேனு காரணம் சொன்னாங்க. அவங்க நேர்மை எனக்கு பிடிச்சதனால, சரி என்டு சொல்லிட்டேன். என் ஃப்ரண்ட்டோட பொண்ணு 'பப்பி' என்டு சொல்ல வராது. 'எப்பி' என்டுதான் சொல்லுவா. இப்போ, எல்லோரும் என்னை 'எப்பி' என்டே கூப்பிட ஆரம்பிச்சுட்டாங்க. 'பப்பி - எப்பி' ரைமிங், டைமிங் செமையா இருக்குல்ல?

ஓவியா

என் ஒரிஜினல் பேரே ஹெலன்தான். சினிமாவுக்காக ஓவியா என்டு மாத்துனாங்க. இப்போ ஒரிஜினல் பெயரே பட்டப் பெயர் ஆகிடுச்சு. தவிர, ரொம்ப அழகா இருக்கிறதால, என்னை 'லட்டு'ன்னும் கூப்பிடுவாங்க. அதை என்னோட ஃபெமிலி மெம்பர்ஸ் மட்டும்தான் கூப்பிடணும்னு கட்டளை போட்டிருக்கேன்.

ஐஸ்வர்யா ராஜேஷ்

என் பெயரை சுருக்கி, 'ஐஸ்' என்டு கூப்பிடுவாங்களே தவிர, இதுவரை எனக்கு யாரும் பட்டப்பெயர் வைக்கலை. என்னிடம் செல்லப் பெயர் கேட்டுட்டீங்கல்ல? இப்பவே நிறைய பேர் யோசிக்க ஆரம்பிச்சிருப்பாங்க. இப்ப உங்களுக்கு சந்தோஷமா?

ஸ்ரீதிவ்யா

'சின்னி கொடுக்கு'னு அம்மா கூப்பிடுவாங்க. நான் பண்ற சேட்டையைப் பார்த்து, உன்னைப் பையன் மாதிரி வளர்த்துட்டோம்னு அம்மா அடிக்கடி சொல்வாங்க. கொடுக்கு என்டா பையன்னு அர்த்தம். ஸோ... நான் 'சின்னி கொடுக்கு' ஆயிட்டேன். அம்மா இப்படினா, ஃப்ரெண்ட்ஸ் வேற லெவல். ஸ்கூல் படிக்கும்போது 'மிஸ்டர் பீன்' ஷோ அடிக்கடி பார்ப்பேன். எனக்கு ரொம்ப பிடிச்ச ஷோ அது. அதனாலேயே என்னை 'மிஸ் பீன்'னு கூப்பிட ஆரம்பிச்சுட்டாங்க.

நந்திதா

நான் 'பிஸ்கட்' மாதிரி இருக்கேனாம். அதனால, நண்பர்கள் எல்லோரும் என்னை 'குட் டே'னு கூப்பிடுவாங்க. முதல் தடவை கூப்பிட்டப்போ முறைச்சுப் பார்த்தேன். அதுக்கு, ஹேய்... கன்னடத்துல 'குட் டே'ன்னா மொறைச்சுப் பார்க்குறதுனு இன்னொரு அர்த்தமும் இருக்குல்ல என்டு திருப்பிக் கலாய்ச்சாங்க. சிரிச்சுட்டேன். நான் சும்மா பார்த்தாலே, மொறைச்சுப் பார்க்கிற மாதிரி தெரியும்னு எனக்கும் அன்னைக்குதான் தெரிஞ்சுது.

யோகா பயில்வோம்

01

உட்கடாசனா (Utkatasana)

பாதங்களை இணைந்து வைத்துக்கொண்டு நிற்கவும். மூச்சை உள்ளிழுக்கும்போது கைகளை தலைக்கு மேல் உயர்த்தவும். மேலும் மூச்சை வெளியேற்றும்போது, முட்டிகளை மடக்கி, நாற்காலியில் உட்காரும் நிலையில் இருக்கவும். 30-60 நொடிகள் இதேநிலையில் இருக்கவும்.

பின்னர், பழைய நிலைக்கு வரவும். தொடக்க நிலையில் இருப்பவர்கள் 10 முறை செய்யலாம். பழகப்பழக அதனை அதிகரிக்கலாம். நாற்காலி நிலை நமக்கு பெரிது உதவியாக இருக்கும். ஏனெனில், அது தொடை தசைகளை வலுவடையச் செய்து, கூடுதலான கொழுப்பையும் குறைக்கச் செய்யும்.

உத்தித ஹஸ்த பதாங்குஷ்தாசனா (Utthita Hasta Padangusthasana)

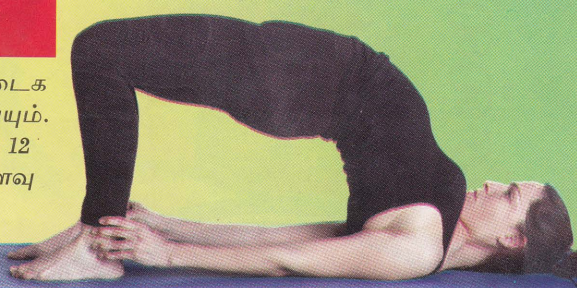
இந்த ஆசனம் செய்யும்போது முதுகெலும்பு நேராகவும், பாதங்கள் ஒன்றாகவும், கைகளை இடுப்பில் வைத்துக்கொண்டு நிற்கவேண்டும். இடது காலின் தரையில் ஊன்றி வலது காலை நேராக தூக்கவும். சில நிமிடங்கள் இந்த நிலையில் இருந்த பின்னர் கால்களை மாற்றி இன்னொரு காலில் செய்யவும். இந்த ஆசனங்கள் இடையையும், தொடையையும் எளிதாக குறைக்கச் செய்யும்.

டீப் ஸ்குவாட்ஸ் (Deep squats)

இந்த யோகா தொடைகளில் மாயங்கள் செய்யும். அதற்கு கால்களை 12 அங்குலம் அளவு இடைவெளி விட்டு நிற்கவும். கைககளை முன்னால் கொண்டு வந்து, தரையை பார்க்கும்படி வைக்கவும். அதேநிலையில், மூச்சை உள்ளிழுத்து, உட்காரும் நிலைக்கு வரவும். மேலும் உங்களது கால்கள் 90 பாகை கோணத்தில் இருக்கும்படி பார்த்துக் கொள்ளவும். மூச்சை வெளியேற்றும்போது, பழைய நிலைக்கு உடனே திரும்பவும். இவ்வாறு 5 முறை செய்யவும்.

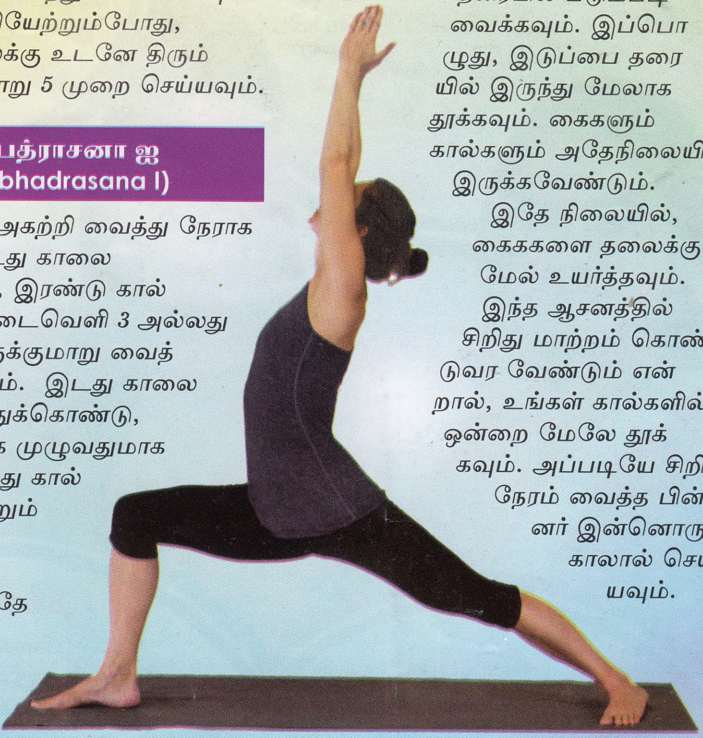
விரபத்ராசனா ஐ (Virabhadrasana I)

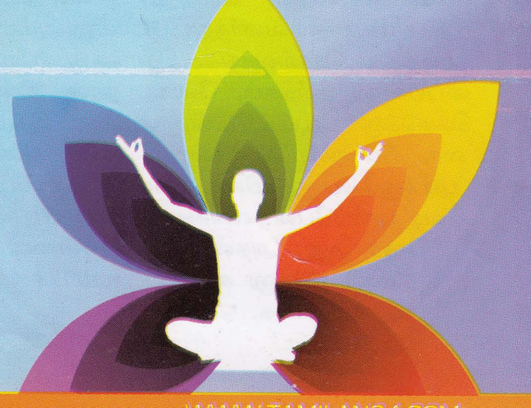
கால்களை அகற்றி வைத்து நேராக நிற்கவும். இடது காலை சிறிது நகர்த்தி, இரண்டு கால்களுக்கான இடைவெளி 3 அல்லது 4 அடிகள் இருக்குமாறு வைத்துக்கொள்ளவும். இடது காலை நேராக வைத்துக்கொண்டு, இடது புறமாக முழுவதுமாக சுற்றவும். வலது கால் இலேசாக சுற்றும்படி பார்த்துக் கொள்ளவும். கால்கள் அதே நிலையில் இருக்கும்படி, உடலை முழுவதுமாக் இடது புறத்திற்கு சுழற்றவும். இடதுகால் முட்டியை மடக்கி, உடல் முழுவதும் இடதுபுறமாக திருப்பி, கைகளை தலைக்கு மேல் உயர்த்தி, வணக்கம் சொல்வது போல் வைத்துக்கொள்ளவும். இந்த நிலை நமது தாங்குதிறனை உயர்த்தி, படைவீரன்போல் இருக்கச்செய்யும். மேலும், நமது கால்களையும் வலுவடையச் செய்யும்.

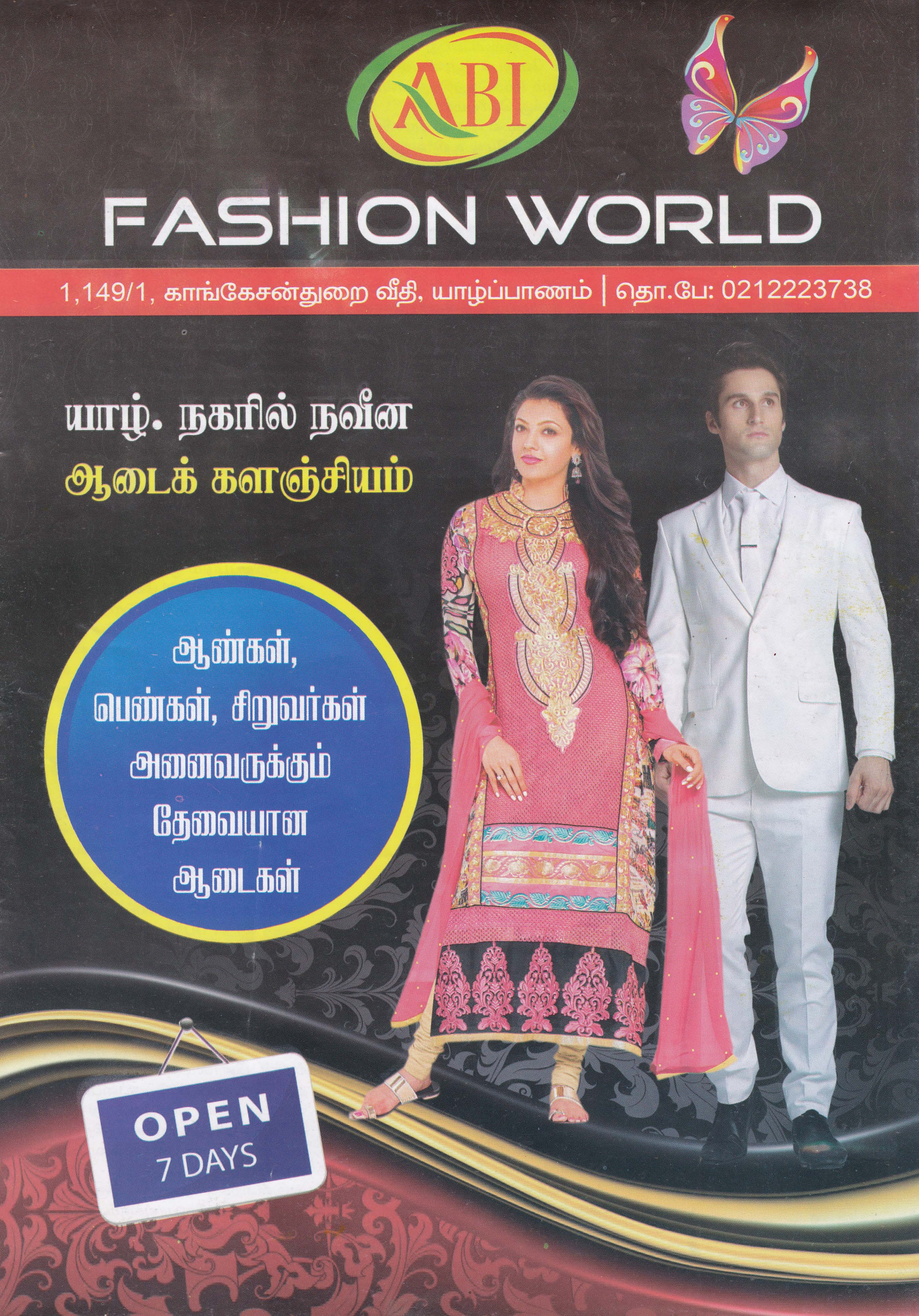


சேது பந்தாசனா (Setu Bandhasana)

தரையில் படுத்துக்கொண்டு, கால்களை அகலமாக விரித்து, முட்டியை மடக்கி பாதங்கள் தரையில் படும்படி இருக்கவும். பின் கைகளை அருகில் வைத்து, உள்ளங்கைகள் தரையில் படும்படி வைக்கவும். இப்பொழுது, இடுப்பை தரையில் இருந்து மேலாக தூக்கவும். கைகளும் கால்களும் அதேநிலையில் இருக்கவேண்டும். இதே நிலையில், கைககளை தலைக்கு மேல் உயர்த்தவும். இந்த ஆசனத்தில் சிறிது மாற்றம் கொண்டுவர வேண்டும் என்றால், உங்கள் கால்களில் ஒன்றை மேலே தூக்கவும். அப்படியே சிறிது நேரம் வைத்த பின்னர் இன்னொரு காலால் செய்யவும்.






ABI
FASHION WORLD
1,149/1, காங்கேசன்துறை வீதி, யாழ்ப்பாணம் | தொ.பே: 0212223738
யாழ். நகரில் நவீன
ஆடைக் களஞ்சியம்
ஆண்கள்,
பெண்கள், சிறுவர்கள்
அனைவருக்கும்
தேவையான
ஆடைகள்
OPEN
7 DAYS

நாடுமுழுவதும் நிலவிவரும் வெப்பநிலைக்கு ஈடுகொடுப்பதற்காக நாம் அதிகளவான தண்ணீரை அருந்திக்கொண்டிருக்கிறோம். சாதாரண நாட்களை விட இன்றைய காலகட்டத்தில் அதிகள நீரை உள்ளெடுக்கிறோம். உடல் வெப்பத்தையும் தண்ணீர் தாகத்தையும் தணித்துக்கொள்ளத் தண்ணீர் தேவைப்படுகிறது.

முன்னோர்களின் காலத்தில் வீடுகளில் பானைத் தண்ணீர் தாகம் தீர்த்தது. பொது இடங்களில் தண்ணீர் பந்தல்கள் காணப்பட்டன. தண்ணீரைப் போய் யாராவது விற்பார்களா என்று கேட்டுக்கொண்டிருந்த காலம் மலையேறி, இன்று தண்ணீர் வர்த்தகம் பெரியளவில் கொடிகட்டி பறந்துகொண்டிருக்கிறது.

தண்ணீர் இன்றைக்கு இலவசமில்லை. எவ்வளவு அவசரமென்றாலும் ஒரு லீற்றர் போத்தல் குடிநீரை 60 - 75 ரூபா கொடுத்து வாங்க வேண்டிய நிலையில் இருக்கிறோம்.

இந்த போத்தல் குடிநீர் நமது பொக்கெட்டை பதம்பார்ப்பது மட்டுமில்லாமல் வேறுபல சூழலியல் கேடுகளையும் ஏற்படுத்துகிறது என்பது உங்களுக்கு தெரியுமா?

சாப்பிடாமல் ஒருவர் சராசரியாக 10 நாட்களுக்கு மேல் உயிர்வாழ முடியும். ஆனால், தண்ணீர் குடிக்காமல் 3 முதல் 5 நாட்கள்தான் இருக்கமுடியும். சுத்தமான குடிநீர் என்பது குறைந்த விலையில் கிடைக்கக்கூடியதாக இருப்பது ஒவ்வொருவருடைய அடிப்படை உரிமை.

உலகில் தூய்மையின் அடையாளமாக கருதப்படும் தண்ணீர் மாசடைந்தமைக்கு அடிப்படைக் காரணம் நகரமயமாதலும், தொழிற்சாலைகளும்தான். ஆனால், இன்றைக்கு அந்த தொழிற்சாலைகள்தான் சுத்தமான தண்ணீர் என்பதை ஒரு விற்பனைப் பொருளாக மாற்றிவிட்டன.

19ஆம் நூற்றாண்டில் தங்கம் மதிப்புமிக்கதாக இருந்ததால் பணக்காரர்கள், முதலாளிகள் அதைத்தேடி ஓடினார்கள். கடந்த நூற்றாண்டில் 'கறுப்புத் தங்கம்' என்று பெற்றோல் அழைக்கப்பட்டதுபோல இந்த நூற்றாண்டில் 'நீலத் தங்கம்' என்று அழைக்கப்பட்டு தண்ணீர் வர்த்தகத்தில் முதலீடுகள் குவிந்துள்ளன. போத்தல் குடிநீர் விற்பனை மட்டுமின்றி, நகர்ப்புறங்களின் தண்ணீர் விநியோகத்தில் பன்னாட்டு நிறுவனங்கள் கால்பதிப்பதையும் கவனிக்க வேண்டும்.

சுற்றுப்புற சுகாதாரம், உடல்நல அக்கறை அதிகமுள்ள இந்த காலத்தில் போத்தல் குடிநீர்தான் சுத்தமானது என்று மூடநம்பிக்கை பரவலாக உள்ளது. அது நகர்ப்புறங்களில் கிடைக்கும் தண்ணீரோ, ஆழ்துளை கிணற்று தண்ணீரோ குடிக்கக்கூடிய தண்ணீர் இன்னும் குறைந்த செலவில் கிடைத்துக்கொண்டுதான் இருக்கிறது.

இயற்கையாக கிடைக்கும் தண்ணீரை காய்ச்சி பயன்படுத்தாமல் போத்தல் குடிநீரை குடிப்பதால் பிளாஸ்டிக் குப்பை கோடிக்கணக்கில் குவிந்துகொண்டிருக்கின்றன. போத்தல் குடிநீர் பயன்பாட்டால் ஒவ்வொரு ஆண்டும் 15 கோடி கிலோ பிளாஸ்டிக் குப்பைகள் சேர்ந்துகொண்டிருக்கின்றன. இது 7,500 திமிங்கிலங்களின் எடைக்கு சமனாகும்.

அமெரிக்காவில் ஒருநாளில் தூக்கியெறியப்படும் குடிநீர் போத்தல்களின் எண்ணிக்கை 6 கோடி. வடக்கு பசுபிக் குப்பை சுழற்சி (Gyre) என்ற பாரிய குப்பைமலை பசிபிக் கடலில் சுழன்று கொண்டிருக்கிறது. இதன் குறைந்தபட்ச பரப்பு 7 இலட்சம் சதுர கிலோமீற்றர். அமெரிக்காவிலேயே வாங்கப்படும் 5 பிளாஸ்டிக் குடிநீர் போத்தல்களில் ஒன்று மட்டுமே மீள் சுழற்சிக்கு செல்கிறது.

இலங்கை நிலைமை பற்றி சொல்லவே வேண்டாம். இலங்கையில் 100 போத்தல்களில் 1 மீள்சுழற்சிக்கு செல்வதே ஆச்சரியம்தான். பிளாஸ்டிக் போத்தல்கள் (PET), பிளாஸ்டிக் கலன்கள் உற்பத்தியில் அரைவாசிக்கு மேல் குடிநீர் போத்தல் பயன்பாட்டுக்காகவே உற்பத்தி செய்யப்படுகின்றன.

ஒரு லீற்றர் போத்தல் குடிநீரின் உற்பத்தி நடைமுறை, போக்குவரத்து போன்றவற்றுக்காக குறைந்தபட்சம் 100 மில்லி லீற்றர் பெற்றோல் செலவிடப்படுகிறது. அதுமட்டுமல்லாமல் பிளாஸ்டிக் போத்தல்களின் அடிப்படை மூலப்பொருள் கச்சா எண்ணெய்தான். பிளாஸ்டிக் போத்தல்களின் தயாரிப்பு, பயன்பாடு, குப்பையாக போடப்படுவது என பல்வேறு வகைகளில் சுற்றுச்சூழல் மாசடைகிறது. அது மட்டுமின்றி புவியும் வெப்பமடைகிறது.

இன்றைக்கு சந்தையில் ஒரு லீற்றர் பெற்றோல் 117 ரூபாவுக்கும், டீசல் 95 ரூபாவுக்கும், போத்தல் குடிநீர் 60

போத்தல் குடிநீர் ஆபத்து!

- 75 ரூபாவுக்கும் விற்கப்படுகிறது. அதாவது கிட்டத்தட்ட எரிபொருளின் விலையை விட அரைவாசி விலைக்கு தண்ணீப் போத்தல் விற்கப்படுகிறது. எதிர்காலத்தில் போத்தல் குடிநீரின் விலை இன்னும் அதிகரிக்கலாம் என்று நம்பப்படுகிறது.

இதிலிருந்து நாம் எவ்வளவு வீணாக செலவு செய்கிறோம் என்பதை அறிந்துகொள்ளலாம். அது மட்டுமின்றி கச்சா எண்ணெய்யின் கடினமான சுத்திகரிப்பு நடைமுறையில் முதலீடு செய்து பெற்றோல், டீசலாக பிரித்து விற்பதைவிட எளிதாக கிடைக்கும் தண்ணீரை சுத்திகரித்து அதில் கொள்ளை இலாபம் சம்பாதிக்கலாம் என்பதை நிறுவனங்கள் நன்றாக புரிந்துவைத்துள்ளன.

ஒரு போத்தல் குடிநீரை உற்பத்தி செய்வதில் தண்ணீரைவிட பிளாஸ்டிக் போத்தல், மூடி, லேபிள் போன்ற இதர விடயங்களுக்கே அதிக பணம் செலவிடப்படுகிறது. பின்னர் போத்தல்களை பொதி செய்தல், போக்குவரத்துக்கு செலவு, கடைசியாக மயக்கும் விளம்பரங்களுக்கான செலவு என பணம் வாரி இறைக்கப்படுகிறது. அதையெல்லாம் போத்தல் குடிநீர் குடிக்கும் நமது தலையில் கட்டிவிடுகிறார்கள்.

போத்தல் குடிநீர் நிறுவனங்கள் ஆறுகள், நீர்நிலைகளில் இருந்து ஒரு லீற்றர் தண்ணீரை 1 ரூபா அளவில் மிகக்குறைந்த விலைக்கு வாங்குகின்றன. அதை சுத்திகரிக்க சதக் கணக்கில் செலிவிடுகின்றன. பிளாஸ்டிக் போத்தலுக்கு ஆகக்கூடியது 10 ரூபா என்று வைத்துக்கொண்டாலும் 1 லீற்றர் போத்தல் குடிநீருக்கு மொத்தச் செலவு 12 ரூபாவை தாண்டாது. பின்னர் அவற்றை 5, 6 மடங்கு இலாபத்தில் விற்கப்படுகின்றன.

குளிர்பான நிறுவனங்கள் தங்களுடைய விற்பனை சந்தையின் முக்கிய அம்சமாக போத்தல் குடிநீரை வைத்திருக்கின்றன. இரண்டுக்குமான விலை வித்தியாசம் அதிகமில்லை. போத்தல் குடிநீருக்கான உற்பத்திச் செலவும் குறைவு. அதேநேரம் குளிர்பானம் அருந்தாதவர்கள்கூட போத்தல் குடிநீரை குடிக்கின்றனர். சாதாரண குடிநீர் கெட்டுவிட்டது என்ற பிரசாரத்துக்கும் போத்தல் குடிநீர் பெரியளவில் விளம்பரப்படுத்தப்படுவதற்கும் இதுவே அடிப்படைக் காரணம்.

அதேநேரம் ஆற்று நீரோ, ஆழ்துளை கிணற்று நீரோ பெரிதாக எந்த சுத்திகரிப்பு நடைமுறைகளுக்கும் உட்படுத்தப்படாமல் போத்தல்களில் அடைத்து விற்கப்படுவதாகவும் குற்றச்சாட்டுகள் முன்வைக்கப்படுகின்றன. போத்தல் குடிநீரில் பூச்சிக்கொல்லிகள் இருப்பது கண்டறியப்பட்டது இதற்கு மிகச்சிறந்த உதாரணமாகும்.

புதுடெல்லியிலுள்ள அறிவியல் மற்றும் சுற்றுச்சூழல் மையம் நடத்திய ஆய்வில், அதிகமாக விற்பனையாகும் பிரபல நிறுவனங்களின் போத்தல் குடிநீரில் விவசாயத்தில் பயன்படுத்தப்படும் லிண்டேன், மலத்தியன், குளோர்பைரிஃபாஸ் மற்றும் டி.டி.டி. ஆகிய பூச்சிக்கொல்லிகளின் எச்சங்கள் அதிகளவில் இருப்பது கண்டுபிடிக்கப்பட்டது.

போத்தல் குடிநீரில் இருக்கும் நஞ்சு நீண்ட காலமாக உடலில் சேர்ந்து புற்றுநோய், கல்லீரல் மற்றும் சிறுநீரகங்களை சிதைக்கக்கூடியதாகவும், நரம்புமண்டல கோளாறுகளை ஏற்படுத்தக்கூடியதாகவும், நோய் எதிர்ப்பு சக்தி குறைபாடு போன்றவற்றை ஏற்படுத்தும் வாய்ப்புகளும் உள்ளன.

2007 - 2012 ஆண்டு வரையிலான காலத்தில் சென்னையில் விற்பனை செய்யப்படும் 70 நிறுவனங்களின் சுத்திகரிக்கப்பட்ட போத்தல் குடிநீரில் தீமைபயக்கும் பக்றீரியா இருப்பது சென்னை மாநகராட்சி மேற்கொண்ட பரிசோதனையில் தெரியவந்தது.

அண்மையில் யாழ்ப்பாணத்தில் விற்கப்பட்ட தண்ணீர் போத்தலில் கரப்பான் பூச்சி இருப்பது கண்டுபிடிக்கப்பட்டது. அதனை வாங்கியவர் தண்ணீர் போத்தலை படம்பிடித்து பேஸ்புக்கில் பதிவேற்றியதும் குறித்த நிறுவனம் அலறியடித்துக்கொண்டு அந்த வாடிக்கையாளரிடம் 5 இலட்சம் ரூபா தருவதாக பேரம் பேசியது குறிப்பிடத்தக்கது.

போத்தல் குடிநீர் நீண்டநேரம் வெயிலில் இருக்கும்போது பிளாஸ்டிக்கில் இருக்கும் தாலேட் போன்ற மருந்து பொருட்கள் தண்ணீருடன் கலக்கும் வாய்ப்புகள் அதிகம். அது ஒருமுறை மட்டுமே பயன்படுத்தக் கூடிய பிளாஸ்டிக் என்பதை நாம் மறக்கக்கூடாது.

இப்படியாக நாம் வாங்கும் ஒவ்வொரு குடிநீர் போத்தல்களிலும் உலகின் வளத்தை சுரண்டி, சுற்றுச்சூழல் மாசுபாட்டை பெருமளவு உருவாக்கிக் கொண்டிருக்கின்றன. அடுத்து என்ன செய்வது என்று சிந்திப்போம்.

போத்தல் குடிநீருக்கு பதிலாக மாற்றீடு என்ன என்பது பற்றி சிந்திக்கவேண்டும். நிலத்தடி நீரை நன்றாக கொதிக்கவைத்து, வடிகட்டி, ஆறவைத்து தாராளமாக குடிக்கலாம். அதனால் உடலுக்கு எந்த கெடுதலும் ஏற்படாது. அத்துடன் அது விலை குறைந்தது. அல்லது இலவசாக கிடைக்கும். அத்துடன் பாதுகாப்பானது, எப்போதும் கிடைக்கக் கூடியது.

ஒரு சில்வர் தண்ணீர் போத்தல் அல்லது நல்ல தரமான பிளாஸ்டிக்கில் விற்கப்படும் போத்தலில் வீட்டிலிருந்தே எப்போதும் தண்ணீரை நிரப்பிச் செல்லலாம். இதனால் தேவையற்ற செலவு குறையும். போத்தல் தண்ணீரில் இருக்கும் பூச்சிக்கொல்லி உள்ளிட்ட நச்சுகள் நமது உடலில் வந்துசேராது.

நிறுவனங்கள், அமைப்புகள் தங்களுடைய வளாகங்களில் போத்தல் குடிநீரை தடைசெய்து, சுத்தமான தண்ணீரை விநியோகிக்க ஏற்பாடு செய்யலாம். நாமும் முன்னோர் காலங்கள் போன்று இயற்கையான தண்ணீருக்கு பழக்கப்பட்டால் நீண்டகாலம் நோய் நொடியின்றி ஆரோக்கியமாக வாழலாம்.

பியூட்டி பார்லருக்கு போனதே இல்லை

'இறுதிச்சுற்று' ரித்திகா சிங்

இறுதிச்சுற்று படத்தில் ஒற்றைக் கையால் புஷ்அப் செய்வது, அவ்வளவு பெரிய டயரை தூக்கிப் போட்டு பயிற்சி செய்வது, வண்டியை இழுத்துக்கொண்டு ஓடுவது, கராத்தே அடி என கடுமையான பயிற்சிகளை சாதாரணமாக செய்து அசத்திவிட்டார் ரித்திகா சிங். அபாரமான செயற்பாடுகள், அட்டகாசமான உடல்வாகு என ரித்திகா சிங் எல்லோர் மனதினுள் இறுக்கமாக குடியேறிவிட்டார். உண்மையிலேயே இவர் ஒரு குத்துச்சண்டை வீராங்கனை.

கேள்வி: உங்களது குடும்பம் பற்றி கூறுங்கள்?

பதில்: எனது குடும்பம் சிறியது. நான், அம்மா, அப்பா, தம்பி அவ்வளவுதான். மூன்று வயதிலிருந்தே கராத்தே கற்றுக்கொள்ள ஆரம்பித்தேன். என் அப்பாதான் எனக்கு குரு. அவர் ஒரு உடற்பயிற்சி நிலையம் நடத்துறார். அவர் மிகவும் வாட்டசாட்டமாக இருப்பார். அவரைப் பார்த்துத்தான் நான் ஒவ்வொன்றாக கற்றுக்கொண்டேன்.

கேள்வி: உடம்பை கட்டுக்கோப்பில் வைத்துக்கொள்வதற்காகவே பயிற்சி செய்வீர்களா?

பதில்: இல்லை. அப்பா நடத்தும் உடற்பயிற்சி நிலையத்தில் தற்காப்பு கலையும் அதற்கான பயிற்சிகளும் தருவார்கள். பொதுவாக இந்த

தற்காப்பு கலைகளைத் தொடர்ந்து செய்தாலே போதும். உடம்பு, மனசு, புத்தி எல்லாம் உறுதியாகும். எதையும் எதிர்கொள்ளும் தைரியம் உண்டாகும்.

கேள்வி: தினமும் எவ்வளவு நேரம் பயிற்சி செய்வீர்கள்?

பதில்: தினமும் காலையில் 7 மணிக்கு உடற்பயிற்சி நிலையத்துக்கு சென்று ஒரு மணிநேரம் பயிற்சி செய்வேன். இதுவே, போட்டிகளுக்கு தயாராக வேண்டுமென்றால், காலை ஐந்து மணிக்கெல்லாம் பயிற்சி செய்ய ஆரம்பித்திடுவேன். சின்ன வயதிலிருந்தே கராத்தே, குத்துச்சண்டை செய்வதால் இயற்கையாகவே இந்த உடல்வாகு அமைந்துவிட்டது.

கேள்வி: மன அமைதிக்காக என்ன செய்கிறீர்கள்?

பதில்: எனது செல்போனில் வரைவதற்கு ஒரு அப்ஸ் இருக்கிறது. அது ரொம்ப கஷ்டமாக, சவாலாக, மகிழ்ச்சியாக இருக்கும். அதில் எனது படத்தை நானே வரைவது எனக்கு மிகவும் பிடிக்கும். அது எனக்கு மன அமைதியை தருகிறது. கவனத்துடன் நுணுக்கமாக செய்யும்போது மூளைக்கும் நல்ல பயிற்சி கிடைக்கிறது. இவை தவிர டான்ஸ் ஆடுவேன். பாட்டு பாடுவேன். கல்லூரியில் டான்ஸ், பாட்டு, விளையாட்டு எல்லாவற்றிலும் கலந்துகொள்வேன். நான் தேசிய ரீதியில் சம்பியன் பட்டம் வாங்கியிருக்கிறேன்.

கேள்வி: உங்களது உணவுப் பழக்கங்கள் பற்றி சொல்ல முடியுமா?

பதில்: சாதாரணம்தான். அம்மா நன்றாக ரொட்டி செய்வார்கள். எந்த உணவுக்கும் அதிகமாக எண்ணெய் சேர்க்காமல் சமைப்பார்கள். நாங்கள் மசாலா உணவுகளை மிகவும் குறைவாகவே பயன்படுத்துவோம். சுத்தமில்லாத, ஆரோக்கியமில்லாத உணவுகளை சாப்பிடவே மாட்டேன்.

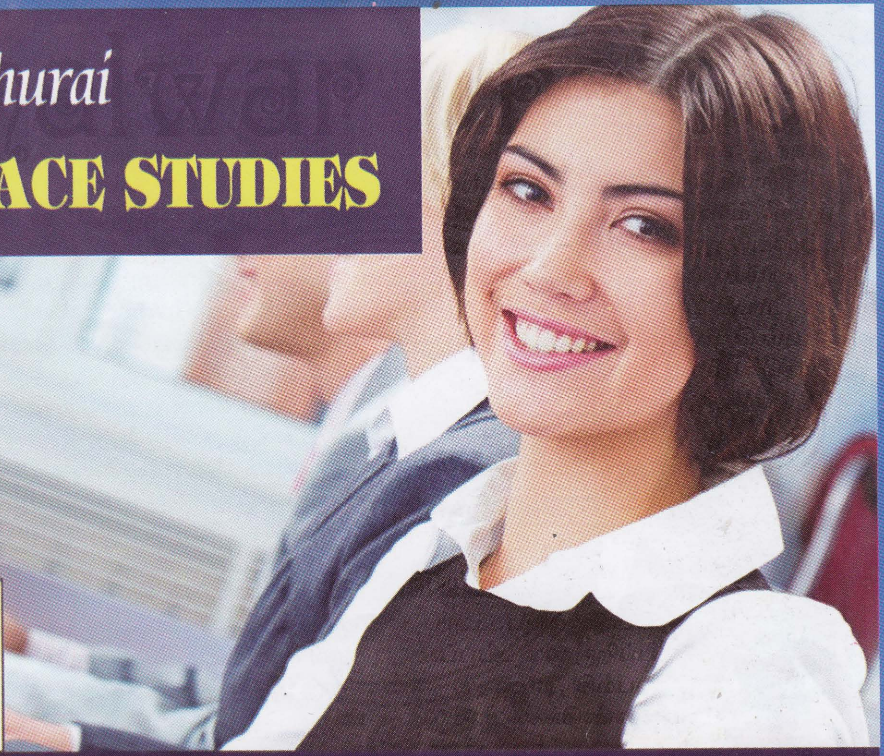
பீட்சா, பர்கர், அசைவ உணவுகள், அரிசி சாதம் எல்லாம் பிடிக்கும்தான். ஆனால், அளவுக்கதிகமாக அவற்றை சாப்பிடமாட்டேன். எப்போதும் வீட்டு சாப்பாடுதான் சாப்பிடுவேன். அதனால் எங்கே போனாலும் வீட்டில் செய்த உணவை கூடவே எடுத்துக்கொண்டு செல்வேன். அதிகளவில் சுண்டல், முளைகட்டிய தானியங்கள், பழங்கள், வேகவைத்த காய்கறிகள், பருப்பு வகைகளை சாப்பிடுவேன்.

கேள்வி: உங்கள் அழகை தக்கவைத்துக்கொள்ள என்ன செய்கிறீர்கள்?

பதில்: நான் அழகில் அதிக அக்கறை காட்டுவதில்லை. உண்மையைச் சொன்னால், நான் இதுவரைக்கும் பியூட்டி பார்லருக்கு போனதே இல்லை. ஆரோக்கியமான உணவு மற்றும் தினசரி உடற்பயிற்சி செய்வதினாலோ என்னவோ, எனக்கு இயற்கையாகவே நல்ல சருமமும் கூந்தலும் இருக்கிறது. இதற்கெல்லாம் தனியாக கவனமெடுத்தது இல்லை. முதல் படத்தில் மாய்ச்சுரைசர் கூட பாவிக்கவில்லை. கிறீம், பவுடர் எதுவுமே போட்டதில்லை. என்னை எல்லோருக்கும் பிடிக்கும். அது எனக்கு முக்கியமில்லை. என்னை எனக்கு ரொம்பப் பிடிக்கும். அதான் ரித்திகா.

Study in Sammanthurai

CENTRE FOR PEACE STUDIES



othm® qualifications

TERTIARY AND VOCATIONAL EDUCATION COMMISSION SRI LANKA
TVEC

Awarded by: OTHM-UK. (OTHM-UK Approved Center in Sri Lanka)

International Diploma

- ☑ English
- ☑ Business English
- ☑ Teacher Training
- ☑ Child Psychology
- ☑ Psychology
- ☑ Counselling Psychology
- ☑ Forensic & Criminal Psychology
- ☑ Business Management
- ☑ Travel & Tourism Management
- ☑ Health & Social Care
- ☑ Human Resource Management

International Higher Diploma

- ☑ Psychology
- ☑ Teacher Training
- ☑ Health & Social Care
- ☑ Child Psychology
- ☑ Business Management
- ☑ Travel & Tourism Management
- ☑ English Language & Literature
- ☑ Human Resource Management
- ☑ Creative ArtsEducation & Therapy

CPS
CENTRE FOR PEACE STUDIES, SRI LANKA

CENTRE FOR PEACE STUDIES

No: 375, Moongilady Road, Sammanthurai, Sri Lanka
Tel: 067 5681818, 067 5681819 | Email: cpslanka@gmail.com

METROPOLITAN COLLEGE

இளமை அள்ளும் 'பலோஸா'

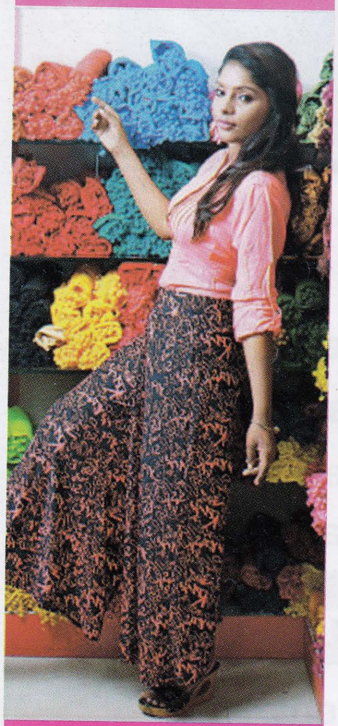
'பலோஸா' பேன்ட் - ஸ்டைலிஷ் ஆக விரும்பும் யுவதிகளின் முதல்தர தெரிவு.

என்னது வாயில் நுழையாத பெயராக இருக்கிறதே என்றெல்லாம் யோசிக்க வேண்டாம். பெரியளவில் சற்று வித்தியாசமாக உருவாக்கப்பட்ட பேன்ட்களே 'பலோஸா' பேன்ட்கள். (இப்போது 1980களின் ஹீரோ பாக்கியராஜ் உங்கள் ஞாபகத்துக்கு வந்தால் சிரித்துவிட்டு விடயத்து வாருங்கள்.)

சரி. செம ஃப்ரீ லுக் கொடுக்கும் இந்த ஆடையை அணிந்துகொள்ள பெண்கள் ஆசைப்படலாம்.

டைட் டாப்ஸ் ஆடை அணிவதற்கு பிடிக்காதவர்கள், குர்தி வகை ஆடைகளுக்கும் பலோஸாக்களை இணையாக செய்து அணியலாம்.

ஆடையணிந்தால் மட்டும் போதுமா? ஹெயார் ஸ்டைல், ஃபேன்ஸி ஆபரணங்கள், காலணிகள் இவற்றில் கவனம் செலுத்தினால் இளமை அள்ளும்.



சற்று நீளமாகவும் மெல்லியதாகவும் உள்ள பேன்ட் வகைகளை லாங் ஸ்லாப்பி (Long Sloppy) பேன்ட்கள் என்று சொல்லலாம். உயரமானவர்கள் அணிந்தால் நல்ல லுக் கொடுக்கும்

தடிப்பாக இருக்கும் பேன்ட் வகைகளை சங்கி (Chunky) டைப் பேன்ட்கள் என்று சொல்லலாம். இதை உயரம் குறைவானவர்கள் தாராளமாக அணிந்து கொள்ளலாம்.

பெரியளவுகளில் கோடுகள் கொண்ட பேட்டன் பலாஸோக்களுக்கு பிளேன் டொப்ஸ்கள் கிராண்ட் ஃபீல் கொடுக்கும். அதேபோல் சிறியளவில் கோடுகள் கொண்ட சிம்பிள் பேட்டன் பலாஸோக்கள் அணிந்தால் அதற்கு இளம் நிறம் பொருத்தமாக இருக்கும்.

பலாஸோவை பொறுத்தவரைக்கும் நிறம் முக்கியமில்லை. உங்களுக்கு பொருத்தமான நீளத்தில் இருக்கிறதா என பார்த்துக்கொண்டால் போதும்.ஸ்லீவ்லெஸ் மற்றும் போலோ நெக் டொப்களுக்கு, ஓவர் கோட்க்ளை மேட்சிங் செய்தால் செம ஃபிட்டாக இருக்கும்.

வட்ஸ்அப் வரலாறு

வட்ஸ்அப் இல்லாத ஸ்மார்ட் போன்களை காண்பது மிகவும் அரிது. உலகம் முழுவதும் 100 கோடி பேர் இந்த வட்ஸ்அப் செயலியை பயன்படுத்துகின்றனர். இந்த வட்ஸ்அப் உருவான கதை சுவாரஸ்யமானது.

இரண்டு தந்தைகள்

இந்த வட்ஸ்அப் எல்லாம் வேலைக்கு ஆகாது. சம்பளம் குறைவாக இருந்தாலும் பரவாயில்லை. பேசாமல் வேலைக்கு போக வேண்டியதுதான் என்றார் வட்ஸ்அப்பின் தந்தை ஜேன் கோம்.

கொஞ்சம் பொறுமையாக இருங்கள். இந்த வட்ஸ்அப் ஏதோ பெரிதாக சாதிக்கப்போவதாக எனக்கு தோன்றுகிறது என்றார் வட்ஸ்அப்பின் மற்றுமொரு தந்தை பிரையன் ஆக்டன். ஆம், வட்ஸ்அப்புக்கு இரண்டு தந்தைகள். ஜேன் கோம் மற்றும் பிரையன் ஆக்டனின் கூட்டு கண்டுபிடிப்பே இந்த வட்ஸ்அப்.

யாஹூவில் இணைந்த கைகள்

ஜேன் கோம் உக்ரைன் நாட்டவர். ஆக்டன், அமெரிக்கர். இருவரையும் ஒன்றுசேர்த்தது யாஹூ அலுவலகம். நட்பு என்றால் என்னவென்று தெரியுமா? என்று இருவரும் பழகியது யாஹூ அலுவலகத்தில் வேலை செய்த நாட்களில்தான். யாஹூவுக்கு இவர்கள் வந்து சேர்ந்ததே சுவாரஸ்யமான கதைதான்.

கோமுக்கு கொஞ்சம் அதிக மூளை. பதின்மவயதில் கணனியும், இணையத்தளமும் கிடைத்தால் சிறுவர்கள் எதைச் செய்வார்களோ அதை அவர் செய்யவில்லை. கணனி கட்டமைப்பு பற்றி ஆர்வத்துடன் முழுமையாக கற்றுக்கொண்டார். முக்கியமாக, கணனியை ஹெக் செய்வதில் கலக்கல் ஹீரோ. எந்த கணனி என்றாலும் சும்மா புகுந்து விளையாடுவார்.

பெரிய பெரிய நிறுவனங்கள் எல்லாம், ஹெக்கிங் செய்வதற்கு கோமை தேடும் அளவுக்கு வேலைக்காரர். படித்துக்கொண்டே பகுதி நேர வேலை செய்துகொண்டிருந்த கோமின் திறமை யாஹூ நிறுவனத்துக்கு தெரியவர, ஒரு தொகை பணம்கொடுத்து அவரை அலேக்காக வேலையில் அமர்த்தியது.

கல்லூரி படிப்பை பாதியில் விட்டு விட்டு, ஆக்டனுடன் சேர்ந்து கோம் அலுவலகத்துக்கு செல்பவராக மாறினார். ஒரு கட்டத்தில் தங்களை ஒன்றாக இணைத்த யாஹூவை விட்டு விட்டு இருவரும் ஒன்றாகவே வெளியேறினார்கள்.

வட்ஸ்அப் பிறந்த கதை

கோம், ஆக்டன் இருவரின் அடுத்த திட்டம் பேஸ்புக் நிறுவனத்தில் வேலைக்கு செல்வது. ஆனால், அவர்களின் விண்ணப்பங்களும் நிராகரிக்கப்பட்ட போது நினைத்தும் பார்த்திருக்கமாட்டார்கள், பிற்காலத்தில் பேஸ்புக்கே வலிய வந்து அவர்களுக்கு வேலை கொடுக்கும் என்று.

வேலையில்லாமல் இருந்த கோம், ஆக்டன் இருவரும் நண்பர்களுடன் மொபைலில் வெட்டி கடலை போட்டுக்கொண்டிருந்தபோது, ஒவ்வொரு குறுந்தகவலுக்கும் கட்டணம் வசூலிக்கப்பட்டது. வறுமைக்கோட்டில் வாடிய இருவரும், 'நாசமாப்போக' என்று சேவை வழங்குநரை திட்டாமல், கட்டணம் இல்லாமல் குறுந்தகவல் அனுப்புவது எப்படி என்று இருவரும் யோசிக்க ஆரம்பித்தார்கள்.

இருவரின் மூளையும் கசங்கி விரிந்து யோசித்தபோது பிறந்ததுதான் இந்த வட்ஸ்அப். பொதுவாக அரட்டை செயலிகளில் கடலை போடும்போது வட்ஸ் அப் என்ற வார்த்தையை பயன்படுத்துவதுண்டு. அதையே அவர்கள் பெயராக வைத்து வட்ஸ்அப் செயலியை உருவாக்கினார்கள். 2009இல் கோம் பிறந்தநாளன்றே வட்ஸ்அப் செயலிக் கும் பிறந்தநாள் கொண்டாடினர்.

அபார வளர்ச்சி

ஆரம்பத்தில் வட்ஸ்அப் செயலிக்கு அவ்வளவு வரவேற்பு கிடைக்கவில்லை. தொடர்ந்து அதில் மாற்றங்களை செய்துகொண்டே இருந்தார்கள். அப்போதுதான் கோம் ஒரு புதிய சிந்தனையை கையாண்டார். அதாவது, ஒவ்வொரு முறை பயனர் ஸ்டேட்டஸ் அப்லோட் செய்யும்போது எல்லோருக்கும் நோட்டிஃபிகேஷன் காட்டுவதுபோல செட்அப் செய்தார். நோட்டிஃபிகேஷன் காட்டுவதோடு மட்டுமின்றி, அதை பெற்றுக்கொள்பவர் அதை பார்த்துவிட்டாரா என்ற பதில் நோட்டிபிகேஷனையும் (அதான் அந்த டபுள் ப்ளூ டிக்) செட்டப் செய்தார். அவ்வளவுதான் ஐபோனில் வட்ஸ்அப் பயனர்களின் எண்ணிக்கை திடுதிடுவென 2,50,000 ஐ தாண்டியது. அப்புறமென்ன, அண்ட்ரொய்ட், பிளாக்பெரி என்று இப்போது ஜாவா வரைக்கும் வட்ஸ்அப் வைரல்தான்.

தத்தெடுத்தது பேஸ்புக்

வாட்ஸ்அப் செயலியின் விஸ்வரூப வெற்றியைப் பார்த்து பல பெரிய நிறுவனங்களும் போட்டிபோட்டு அதில் முதலீடு செய்தார்கள். கடைசியாக பேஸ்புக் நிறுவனம் மொத்தமாக வாட்ஸ்அப் உரிமையை வாங்கிவிட்டது. என்னதான் பேஸ்புக் வட்ஸ்அப்பை தத்தெடுத்தாலும் கோம் மற்றும் ஆக்டன் இருவரும்தான் இப்போதும் வாட்ஸ்அப் செயற்பாடுகளை கவனித்துக் கொள்கிறார்கள்.

இன்று தகவல் பரிமாற்றத்தில் இருந்து புகைப்படங்கள், வீடியோ பரிமாற்றம் வரை விழிப்புணர்வு தகவல்களில் இருந்து அனர்த்தகால அவசர உதவிகள் வரை எங்கோ உயர்ந்து நிற்கிறது வட்ஸ்அப். கோம் மற்றும் ஆக்டன் இருவருக்கும் பேஸ்புக் ஆரம்பத்திலேயே வேலை கொடுத்திருந்தால் இந்த வட்ஸ்அப் வந்திருக்காது.

களையெடுக்கப்பட வேண்டிய பாதாள உலகக் குழுக்கள்

✲ செ. தர்ஷிகா

மனிதர்கள் அசுத்தப்படாமல் வாழ உலகம் எத்தனையோ வழிவகைகளை சொல்லிகொடுத்துள்ளது. வழிபாடுகள் என்றும் அனுஷ்டானங்கள் என்றும் மனப்பக்குவத்திற்காகவும் வழியாக பல நூற்றாண்டுகளாக ஓதிக்கொடுத்தும் கூட இவை வெறும் ஆசாரத்துடன் நின்று விடுகின்றன. கொலை, கொள்ளை, களவு, சூது என தீமைகளை செய்வதில் உற்சாகம் காட்டும் இன்றைய மனிதர்கள் தங்களின் வாழ்க்கையைப் பற்றி சிந்திப்பதில்லை என்பது கசக்கும் உண்மை.

இன்று உலகில் தலைத்தூக்கியிருக்கும் பாதாள உலக செயற்பாடுகளினால் நாட்டு மக்கள் அதிர்ச்சியடைந்துள்ளனர். அண்மைக்காலமாக கொழும்பு மற்றும் புறநகர் பகுதிகளில் துப்பாக்கிச்சூடு மற்றும் கொலைச் சம்பவங்கள் அதிகமாக பதிவாகியிருந்ததுடன் இவற்றுக்கு பாதாள உலக குழுக்கள் சம்பந்தப்படிருப்பது தெரியவந்துள்ளன.

நீண்டகாலம் அமைதியாக இருந்த இந்த பாதாள உலகக்குழு மீண்டும் தலைதூக்கியுள்ளதுடன் குற்றச்செயல்களும் நாட்டில் அடிக்கடி இடம்பெற்றுவருகின்றன.

இதற்கு உதாரணமாக சிலாபம் தங்கொட்டுவ பகுதியில் வாகனத்தில் வைத்து 5 பேரினது எரியூட்டப்பட்ட சடலங்கள் கிடைக்கப்பெற்றது, தெமட்டகொடையில் வைத்து பாதாள குழு உறுப்பினரான சமிந்தவை இலக்கு வைத்து இடம்பெற்ற துப்பாக்கிச்சூட்டு சம்பவம், ராஜகிரியவில் கைதிகளை ஏற்றிச் செல்லும்போது இடம்பெற்ற துப்பாக்கிச்சூடு மற்றும் வெலிக்கடை சிறைச்சாலை வளாகத்தில் இடம்பெற்ற சூட்டு சம்பவம் போன்றவற்றை குறிப்பிடலாம்.

சிலாபம் பொலிஸ் பிரிவுக்குட்பட்ட தங்கொட்டுவ இரபடகாம ஹொஸ்கேனவத்தை பகுதியில் ஆள்நடமாட்டம் இல்லாத பகுதியில் சென்று கொண்டிருந்த ஒருவரினாலே 119 என்ற இரகசிய தொலைபேசி இலக்கத்திற்கு தகவலொன்று வழங்கப்பட்டது.

வானில் வைத்து எரியூட்டப்பட்டு கருகிய நிலையில் 5 சடலங்கள் அங்கு பொலிஸாரால் மீட்கப்பட்டன. இந்த சடலங்கள் தொடர்பான விசாரணைகளில் 5 பேர் கைது செய்யப்பட்டிருந்தனர். அடையாளம் காணமுடியாத அந்த சடலங்கள் வைக்கப்பட்டிருந்த வான் கொள்ளுப்பிட்டி பகுதியைச் சேர்ந்த பெண் ஒருவருக்கு சொந்தமானது.

நேவி கப்பில எனப்படும் செனரத் கபில பண்டார என்ற குறித்த நபர் பல்வேறு கொலை, கொள்ளைகளுடன் தொடர்புகொண்டவர் என்று பொலிஸார் மேற்கொண்ட விசாரணைகளால் தெரியவந்துள்ளது. அவர் கடந்த காலங்களில் தங்கொட்டுவ பகுதியில் பல மாதங்களாக கப்பம் கோரி அச்சுறுத்தி வந்துள்ளார்.

இவரின் இந்த அச்சுறுத்தலை பொறுத்துக்கொள்ளமுடியாத ஒருவர், நேவி கப்பில மற்றும் அவரது சகாக்களும் ஆள்நடமாட்டம் இல்லாத பகுதியில் வானில் பயணித்தபோது அதற்கு தீவைத்துள்ளனர். இதில் நேவி கப்பிலவும் அவரது நான்கு நண்பர்களும் பலியாகினார்கள்.

இந்த கொலைச் சம்பவம் தொடர்பில் கைதுசெய்யப்பட்ட ஐந்து பேரும் தாங்களே கொலையை புரிந்ததாக வாக்குமூலம் அளித்துள்ளனர். எனினும் இந்த கொலைச் சம்பவம் தொடர்பில் பாதாள குழுக்கள் தொடர்புபட்டிருக்கலாம் என குற்றப்புலனாய்வு பிரிவினர் தெரிவிக்கின்றனர்.

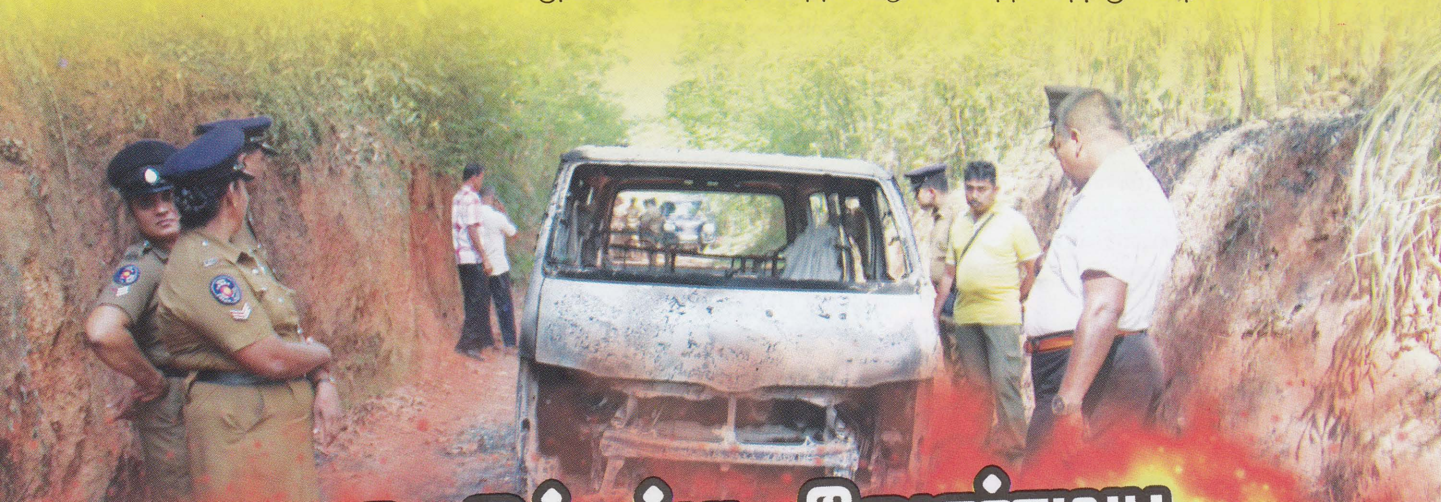
வானில் இருந்து நீளமான கத்தியொன்றும் சில ஆயுதங்களும் கைப்பற்றப்பட்டதுடன் சடலங்களும் இனம்காண முடியாத அளவில் உருகுலைந்த நிலையில் காணப்பட்டுள்ளன.

செனரத் கபிலவின் மனைவி சம்பந்தப்பட்ட வானை இனம்கண்டுள்ளதுடன் உருக்குலைந்த சடலங்களில் தமது கணவரின் உடல் உள்ளதா என தன்னால் அடையாளம் காண முடியாதுள்ளது என்று அவர் பொலிஸாரிடம் அளித்துள்ள வாக்குமூலத்தில் தெரிவித்துள்ளார்.

செனரத் கபில இரவு 11 மணியளவில் அவர் கையடக்கத் தொலைபேசி மூலம் தமது மகளுடன் பேசியுள்ளார். அச்சமயம் தாம் தமது நண்பர்கள் சிலருடன் பயணமொன்றை மேற்கொண்டுள்ளதாக அவர் தெரிவித்துள்ளதை அவரது மனைவி பொலிஸாரிடம் கூறியுள்ளார்.

ஏற்கனவே கபிலவுக்கு எதிராக பொலிஸ் நிலையத்தில் பல முறைப்பாடுகள் உள்ளதும் குறிப்பிடத்தக்கது.

தொழில்நுட்பக் கோளாறினால் மேற்படி வான் தீப்பிடித்துள்ளதாக சிந்திப்பதற்கு போதிய காரணங்கள்



இல்லையென்றும் இது இரு பாதாள கும்பல்களுக்கிடையில் ஏற்பட்ட மோதலின் முடிவாக இருக்கலாம் என்றும் தெரியவருகிறது.

சம்பவம் இடம்பெற்றுள்ள குறுக்கு வீதி அப்பகுதியிலுள்ள பாரிய தோட்டங்களுக்கு செல்லும் பாதை என்பதுடன் மாலை 6 மணிக்கு பின்னர் அப்பாதையில் ஆள்நடமாட்டம் எதுவுமே இருக்காது கடந்த ஐந்து மாதங்களுக்கு முன்னர் முச்சக்கர வண்டியொன்று கடத்தப்பட்டு அதன் சாரதி இந்த வீதியில் கொலை செய்யப்பட்டமை மக்கள் மத்தியில் பெரும் பீதியை ஏற்படுத்தியுள்ளது.

இதுபோல நாட்டில் ஆங்கங்கே இடம்பெறும் பாரிய கொலைச்சம்பவங்களுக்கும் இந்த பாதாள குழுக்களுக்கும் இடையயே தொடர்புள்ளது. பாதாள உலகக் குழுக்களினால் நடைபெறும் கொலை, கொள்ளை போன்ற குற்றச் செயல்களினால் மக்கள் அச்சத்துக்குள்ளாகியுள்ளனர்.

கொழும்பு மற்றும் அதனை அண்டியுள்ள பகுதிகளில் உக்கிரமடைந்துள்ள பாதாள உலக கோஷ்டியினரின் செயற்பாடுகளை கட்டுப்படுத்த பொலிஸ் திணைக்களம் விசேட திட்டங்களை அமுல்படுத்த ஆரம்பித்துள்ளது. டி.ஈ.ரி. எனப்படும் 10 பிரதேச அமுலாக்கல் குழுக்கள் ஊடாக இந்த பாதாள உலக குழுக்களை களையெடுக்கும் நடவடிக்கைகள் ஆரம்பிக்கப்பட்டுள்ளன.

அதன்படி பாதாள உலகக் குழுக்கள் என அடையாளப்படுத்தப்படும் குழுக்களை முற்றாக ஒழிக்கும் பொறுப்பு சிரேஷ்ட பிரதிப் பொலிஸ் மா அதிபர் பூஜித்த ஜயசுந்தரவிடம் ஒப்படைக்கப்பட்டுள்ளது.

அத்தோடு தெமட்டகொட பகுதியில் வைத்து சிறைச்சாலை பஸ் ஒன்றின் மீது துப்பாக்கிப் பிரயோகம் அண்மையில் நடந்தேறியது. பாரத லக்ஷ்மன் பிரேமச்சந்திரவின் கொலை தொடர்பில் கைதுசெய்யப்பட்ட பாதாள உலகக் குழுவை சேர்ந்த சந்தேக நபர்கள் பயணம் செய்த சிறைச்சாலை பஸ் வண்டி மீதே துப்பாக்கி பிரயோகம் மேற்கொள்ளப்பட்டுள்ளது.

இந்த துப்பாக்கி பிரயோகத்தால் நால்வர் காயமடைந்து வைத்தியசாலையில் அனுமதிக்கப்பட்டனர். துப்பாக்கிதாரிகளை தேடும் நடவடிக்கைகள் இன்றும் தொடர்கின்றன. என்னதான் இருந்தாலும் நாட்டில் தலைதூக்கியிருக்கும் இந்த பாதாள உலகக் குழுக்கள் நாட்டின் நல்லாட்சியை சீர்குலைக்கும் செயற்பாடாகும்.

அதுமட்டுமா? மார்ச் 28ஆம் திகதி ஹம்பாந்தோட்டையில் அம்பலாந்தோட்டை பகுதியில் அமைந்துள்ள மீன்பிடி துறைமுகத்தில் கடற்படையினரின் கண்ணெதிரே வர்த்தகர் ஒருவர் சுட்டு படுகொலை செய்யப்பட்டார்.

காலி பிரதேசத்தை சேர்ந்த மீன் வர்த்தகர் ஒருவரே இவ்வாறு துப்பாக்கிச்சூட்டுக்கு இலக்கானர். காலியில் இயங்கும் பாதாள உலகக் கும்பல்களுக்கிடையிலான மோதலின் வெளிப்பாடாகவே இந்த கொலை இடம்பெற்றுள்ளது.

இதற்கிடையே குறித்த வர்த்தகர் படுகொலை செய்யப்பட்ட அம்பலாந்தோட்டை மீன்பிடி துறைமுகத்துக்கு ஒன்பதுக்கும் மேற்பட்ட கடற்படை வீரர்கள் பாதுகாப்பு வழங்கிவரும் நிலையில், கொலையாளி தப்பிச்செல்லும் வரை அவர்கள் வேடிக்கை பார்த்துக் கொண்டிருந்தமை அதிர்ச்சியை ஏற்படுத்தியுள்ளது.

இதன் காரணமாக பாதாள உலகக் கும்பல் தலைவர்கள் மற்றும் அதன் உறுப்பினர்களை தேடி கைது செய்வதற்கான நடவடிக்கையின் ஒரு அங்கமாக அவர்களின் விபரங்கள் தற்போது திரட்டப்பட்டுள்ளன.

இலங்கை முழுவதும் இருந்து சுமார் 175 பேரின் விபரங்கள் இவ்வாறு திரட்டப்பட்டுள்ளன. இவர்களில் 125 பேர் கொழும்பு நகரை மையமாக கொண்டு செயற்படும் நபர்களாவர். இவர்களை கைது செய்வதற்கான நடவடிக்கைகள் எதிர்வரும் நாட்களில் மேற்கொள்ளப்படவுள்ளன.

தற்போதைய அரசாங்கத்தில் கூட அமைச்சர் ரவி கருணாநாயக்க, முன்னாள் ஜனாதிபதி மஹிந்த ராஜபக்ஷவின் குடும்ப உறுப்பினர்கள் மற்றும் முன்னாள் நாடாளுமன்ற உறுப்பினர் துமிந்த சில்வா ஆகியோர் பாதாள உலகக்கும்பல் உறுப்பினர்களுடன் தொடர்புகளை கொண்டுள்ளதாக பொலிஸாருக்கு ஆதாரபூர்வமான தகவல்கள் கிடைத்துள்ளன.

மேல் மாகாணத்திலுள்ள 102 பொலிஸ் நிலையங்கள் ஊடாக அந்த பொலிஸ் நிலையங்களின் அதிகாரத்துக்கு உட்பட்ட பகுதியில் திடீர் திடீரென வீதிச்சோதனை நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ளவும், ரோந்து செல்லவும் பொலிஸ் குழுக்கள் கடமையில் ஈடுபடுத்தப்படுகின்றன.

பாதாள உலக கோஷ்டியினருக்கு எதிரான நடவடிக்கையின்போது விசேட அதிரடிப்படையினர் மற்றும் உளவுப் பிரிவினரின் ஒத்துழைப்பும் பெற்றுக்கொள்ளப்படவுள்ளன. அத்துடன் அவசியமானபோது விசேட அதிரடிப்படையினரை அழைக்கும் அதிகாரம் ஒவ்வொரு நடவடிக்கை குழுக்களுக்கும் பொறுப்பான உதவி பொலிஸ் அத்தியட்சர்களுக்கு வழங்கப்பட்டுள்ளது.

பொலிஸார் முன்னெடுக்கும் இத்தகைய செயற்பாடுகளின்போது தேவையேற்படும் பட்சத்தில் இராணுவத்தின் ஒத்துழைப்பும் பெற்றுக் கொள்ளப்பட்டால் நல்லதுதான்.

என்றாலும் தங்களது வாழ்க்கையையே இழந்து எதிர்காலத்தை பாழாக்கும் பாதாள உலகக் குழுக்களின் உறுப்பினர்களை கட்டுப்படுத்தினாலும் எத்தனையோ பேர் எங்கோ ஓர் மூலையில் முளைத்துகொண்டேதான் இருப்பார்கள். அவ்வாறானவர்கள் களையெடுக்கப்பட வேண்டியது அரசின் கடமை. அது நாட்டு மக்களின் பாதுகாப்புக்கும் ஒரு அரணாக அமையும்.

உதவும் நடி(கை)கள்

தென்னிந்திய சினிமா நடிகர்கள் பலர் தங்களது சம்பளத்தில் ஒருபகுதியை பல்வேறு சமூகப் பணிகளுக்காக செலவிட்டு வருகிறார்கள். அதுபோல நடிகைகள் பலரும் தங்களது வருமானத்திலிருந்து குறிப்பிட்டதொரு தொகையை பல்வேறு சமூகநலப் பணிகளுக்காக பயன்படுத்தி வருகின்றனர்.

நமீதா: சொந்த செலவில் காசிமேடு பகுதியில் கழிப்பறைகளை கட்டிக் கொடுத்தார். அத்துடன் அதிகமான அறப்பணி நிகழ்வுகளிலும் பங்கேற்று வருகிறார்.

சினேகா: உடல்தானம் செய்துள்ளார்.

அசின்: கண்கள் மற்றும் உடலுறுப்புகளை தானம் செய்துள்ளார். இரத்த தானமும் செய்துள்ளார்.

தீபிகா படுகோன்: மன அழுத்தத்தால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு சிகிச்சையளிக்க உதவும் Live Laugh Love அமைப்பை நிறுவியுள்ளார்.

ஸ்ரேயா: ஒரு அமைப்பை தொடங்கி, அதன்மூலம் பார்வையற்றோருக்கு வேலைவாய்ப்புகளை ஏற்படுத்திக் கொடுக்கிறார்.

த்ரிஷா: பிராணிகள் பாதுகாப்பில் கவனம் செலுத்துகிறார். தெரு நாய்களை கொண்டுவந்து பராமரித்து, தத்துக்கொடுத்தும் வருகிறார். அத்துடன் த்ரிஷா பவுண்டேசன் என்ற சமூக அமைப்பையும் நிறுவியுள்ளார்.

ஹன்சிகா: தனது ஒவ்வொரு பிறந்த நாளிலும் ஒரு குழந்தையை தத்தெடுப்பதை வழக்கமாக வைத்துள்ளார். இதுவரை 30 குழந்தைகளை தத்தெடுத்து அவர்களுக்கான தங்குமிடம், படிப்பு செலவு, உணவு போன்றவற்றை கவனித்துவருகிறார்.

படப்பிடிப்பு முடிந்து வீட்டுக்கு திரும்பும் போதெல்லாம் அவர்களுக்கு புது துணிமணிகள் எடுத்துக் கொடுக்கிறார். தற்போது மேலும் ஐந்து குழந்தைகளை தத்தெடுத்து வளர்க்க முடிவு செய்துள்ளார். ஆதரவற்றோருக்கு புதிதாக இல்லம் ஒன்றைக் கட்டும் முயற்சியிலும் ஹன்சிகா இறங்கியுள்ளார்.

சமந்தா: உடல்தானம் செய்துள்ளார். தற்போது 70 ஏழை குழந்தைகளுக்கு இருதய அறுவைச் சிகிச்சை செய்வதற்கு உதவி செய்யப்போவதாக அறிவித்துள்ளார். இதற்காக பிரதியூஷா என்ற பெயரில் அறக்கட்டளையை தொடங்கியுள்ளார்.

இந்த அமைப்பு மூலம் குழந்தைகளுக்கு இருதய அறுவைச் சிகிச்சை செய்யும் பணி ஆந்திர மாநிலம் விஜயவாடாவிலுள்ள பிரபல வைத்தியசாலையில் அண்மையில் ஆரம்பிக்கப்பட்டது. இங்கு ஒரு வாரம் தொடர்ந்து குழந்தைகளுக்கு இருதய அறுவை சிகிச்சைகள் செய்யப்பட்டன.

இதய குழாயில் ஏற்பட்டுள்ள ஒட்டைகளை அடைத்தும், இதய ரத்த நாள அடைப்புகளை நீக்கியும் வைத்தியர்கள் சிகிச்சையளிக்கின்றனர். இங்கிலாந்திலிருந்து வந்த பிரபல இருதய அறுவை சிகிச்சை மருத்துவர்கள் இந்த சிகிச்சையை மேற்கொள்கிறார்கள். இருதய அறுவை சிகிச்சை பெற்றுக்கொண்ட குழந்தைகளை சமந்தா நேரில் சந்தித்து ஒருநாள் முழுவதையும் அவர்களுடன் செலவிடுகிறார்.

With Best Compliments from Citigardens

Sprinkler - Drip - Spray - Pop up Irrigation / LDPE Tubes / Poly tunnels

துளி / தூவல் நீர்ப்பாசன முறைகள்

* துளி / தூவல் நீர்ப்பாசன முறையை திட்டமிடல், பொருத்துதல், பறிபாளித்தல்.
* துளி / தூவல் நீர்ப்பாசன முறை உபகரணங்கள் மற்றும் உதிரிப்பாகங்கள்.
* பூந்தோட்ட அழகுபடுத்தலுக்கான சேவைகள்.
* நிழல் வலைகள் **(50%, 60%, 70%, 80%)** நாற்றுமேடை மறைப்புகள்.
* பச்சைவீடு அமைப்பதற்கான **UV** வகை பொலித்தீன்கள்.
* நாற்றுமேடை மற்றும் வேலி பாதுகாப்பு வலைகள்.
* ப்ளாஸ்திக் பூச்சாடிகள், கொம்போஸ்ட் பாத்திரங்கள்.
* மண் சாராத பயிர்ச் செய்கைகள்.

எம்மிடமிருந்து கிடைக்கும் ஏனைய சேவைகள்,

இலவச ஆலோசனைகள். இலவச போக்குவரத்து சேவைகள். சிடிகாட்ன்ஸ் குழாம் சங்கத்திடமிருந்து விசேட கழிவு விலையில் பொருட்களும் சேவைகளும்.

Citigardens

Citigardens

Citigardens : 284 A, Hill Street, Nedimala, Dehiwala.

Tel: 0112 730896 Fax : 0114 203693 / www.citigardens.org

COLOMBO	DAMBULLA	KEPPETIPOLA
116, Messenger Street, Colombo-12.	Kandalama Rd, Dambulla.	56, Nuwara Eliya Rd, Keppetipola.
Tel: 0115550240	Tel: 0773426034	Tel: 0773887269

பி.சுசீலா

பாடல்கள்

கின்னஸ் சாதனை

சாஹுல் ஹமீது, சென்னை

பிரபல பின்னணிப் பாடகி பி. சுசீலா 17,695 பாடல்களை பாடி கின்னஸ் சாதனை படைத்துள்ளார்.இவரது கின்னஸ் சாதனைக்கு இசையமைப்பாளர் ஏ.ஆர். ரஹ்மான் வாழ்த்து தெரிவித்துள்ளார்.

ஆந்திரா மாநிலம் விஜயநகரத்தில் பிறந்தவர் பி. சுசீலா. பள்ளியில் படிக்கும்போதே இசையில் ஏற்பட்ட ஆர்வத்தால் ஆந்திரத்தில் புகழ்பெற்ற இசை மேதை துவாரம் வெங்கடசாமி நாயுடுவிடம் முறையாக இசை பயின்றார்.

ஆந்திரா பல்கலைக் கழகத்தில் இசைத் துறையில் டிப்ளோமா பாடநெறியை முடித்தார். 15 வயதில் சென்னை வானொலியில் 'பாப்பா மலர்' நிகழ்ச்சியில் பாடத் தொடங்கினார்.

இவரது இசைத்திறமையால் கவரப்பட்ட இயக்குநர் கே.எஸ். பிரகாஷ் ராவ் தனது படத்தில் இவரை முதல் முதலாக பின்னணி பாடவைத்தார். 1955இல் இவர் பாடிய 'எந்தன் உள்ளம் துள்ளி விளையாடுவதும்..., உன்னை கண்தேடுதே...' போன்ற பாடல்களால் பிரபலமடைந்தார்.

தனித்தன்மை வாய்ந்த தனது குரல் இனிமையால் தொடர்ந்து பல மொழிகளில் சிறந்த பாடல்களை பாடியுள்ள பி.சுசீலா, சுமார் 50 ஆண்டுகளுக்கு மேலாக பாடி வருகிறார்.

1955 முதல் 1985 வரை வெளிவந்த பெரும்பாலான திரைப்படங்களிலும் இவர் பின்னணியில் பாடியுள்ளார். தெலுங்கில் கண்டசாலா, தமிழில் டி.எம். சௌந்தரராஜன், கன்னடத்தில் பி.பி. ஸ்ரீநிவாஸ் ஆகியோருடன் இவர் பாடிய டூயட் பாடல்கள் தென்னிந்திய திரையிசை உலகில் சரித்திரம் படைத்தன.

பத்மபூஷண், தேசிய விருது, கலைமாமணி விருது, ஆந்திர மாநில அரசின் ரகுபதி பெங்கையா விருது, கம்பன் புகழ் விருது உள்ளிட்ட பல விருதுகளை இவர் பெற்றுள்ளார்.

இசைக்காகவே என் வாழ்க்கையை அர்ப்பணித்ததில் மகிழ்ச்சி. நல்ல வாய்ப்பு அமைந்தால் இப்போதும் பாடத் தயாராகவே இருக்கிறேன் என்று சுசீலா இளமை ததும்பும் குரலில் கூறுகிறார்.

பி.சுசீலா இசைத்துறைக்கு வந்து 60 ஆண்டுகளுக்கும் மேலாகிவிட்டது. இவர் தமிழ், தெலுங்கு, கன்னடம், மலையாளம், ஹிந்தி உள்ளிட்ட பல்வேறு மொழிகளில் ஆயிரக் கணக்கான பாடல்களை பாடியுள்ளார். அவரின் இத்தகைய நெடிய இசைப் பயணத்தையும், சாதனையையும் பாராட்டும்விதமாக அவருக்கு இந்த கௌரவம் கிடைத்துள்ளது.

அதிக பாடல்களை பாடியவர் என்ற அவருடைய சாதனைக்கு கின்னஸ் அங்கீகாரம் அளித்துள்ளது. 1960 முதல் இன்றுவரை பி. சுசீலா 17,695 பாடல்களை பாடியுள்ளார்.

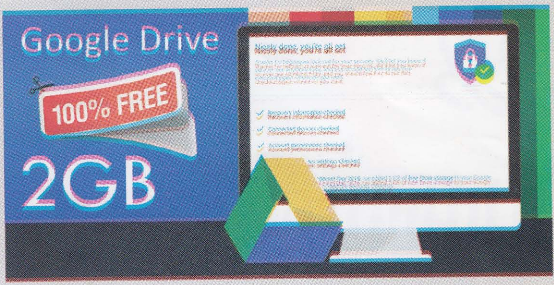
பி.சுசீலாவின் கின்னஸ் சாதனைக்கு இசையமைப்பாளர் ஏ.ஆர். ரஹ்மான் வாழ்த்து தெரிவித்துள்ளார். தனது டுவிட்டர் பக்கத்தில், பி.சுசீலாஜி ஒரு ரசிகராக இந்த கின்னஸ் சாதனை குறித்து மிகவும் மகிழ்ச்சியடைகிறேன். எண்ணிக்கை மட்டுமில்லாமல் இசையில் தரமும் கொண்ட படைப்பாளி நீங்கள் என்று பாராட்டியுள்ளார்.

கின்னஸ் சாதனை குறித்து சென்னையில் பி.சுசீலா செய்தியாளர்களிடம் கூறியதாவது; இது எனக்கு மிகவும் பெருமையாகவும், மகிழ்ச்சியாகவும் இருக்கிறது. முதல் தேசிய விருது எம்.எஸ்.வி. இசையில் வெளியான 'நாளை இந்த வேளை பார்த்து' பாட்டுக்கு கிடைத்தது.

பாடல் ஒலிப்பதிவு செய்யும் போதே இந்த பாட்டுக்கு உனக்கு விருது கிடைக்கும்னு எம்.எஸ். விஸ்வனாதன் சொன்னார். அதுபோல கிடைத்தது. எம்.எஸ்.வி. இசையமைப்பில் பாடி தேசிய விருது பெற்றது பெரிய மகிழ்ச்சியளிக்கிறது.

இயக்குநர் கோபாலகிருஷ்ணன் என்னை நடிக்க வைக்க வேண்டும் என்று விரும்பினார். கோடி ரூபா கொடுத்தாலும் நடிக்கமாட்டேன் என்று கூறிவிட்டேன். எனக்கு எப்போதுமே நடிப்பில் பிரியம் இருந்ததில்லை. இசைக்காகவே என் வாழ்க்கையை அர்ப்பணித்ததில் மகிழ்ச்சி. நல்ல வாய்ப்பு அமைந்தால் இப்போதும் பாடத் தயாராகவே இருக்கிறேன் என்றார் சுசீலா.

கூகுளிடம் இலவசமாக 2 GB பெறுவது எப்படி?



கூகுள் வழங்கும் 15 ஜி.பி. இலவசஅளவை மேலும் அதிகரிக்க விரும்பினால் மாதாந்தம் 1.99 அமெரிக்க டொலர்கள் செலுத்துவதன் மூலம் 100 ஜி.பி. இடத்தையும், மாதாந்தம் 9.9 அமெரிக்க டொலர்கள் செலுத்துவதன் மூலம் 1 ரி.பி. இடத்தையும் பெறமுடியும்.

எனினும் உங்கள் கூகுள் கணக்கின் பாதுகாப்பை உறுதி செய்துகொள்வதன் மூலம் கட்டணங்கள் எதுவுமின்றி மேலும் 2 ஜி.பி. இலவச இணைய சேமிப்பு வசதியை கூகுளிடம் பெற்றுக் கொள்ள முடியும். இந்த 2 ஜி.பி. சேமிப்பகத்தை எவ்வாறு பெறுவது என்பது குறித்து இங்கு பார்ப்போம்.

01. முதலில் நீங்கள் *Security Checkup* எனும் இந்த இணைப்பை சுட்டுவதன் மூலம் உங்கள் கூகுள் கணக்கின் மின்னஞ்சல் முகவரி மற்றும் கடவுச்சொல் போன்றவற்றை உள்ளிட்டு கூகுள் கணக்கினுள் நுழைந்துகொள்க.

02. உங்கள் கூகுள் கணக்கின் கடவுச்சொல் மறந்துபோகும் சந்தர்ப்பத்தில் அதனை மீட்டுக்கொள்வதற்கான *Check your recovery information* எனும் பகுதியில் நீங்கள் வழங்கியிருக்கும் தொலைபேசி எண் மற்றும் மின்னஞ்சல் முகவரி சரியானாதா என்பதை உறுதிப்படுத்திக்கொள்க. அவ்வாறு வழங்கப்பட்டு இல்லையெனின் புதியதொரு தொலைபேசி இலக்கத்தை வழங்கி அதை உறுதிப் படுத்திக் கொள்ள முடியும்.

03. இனி *Done* என்பதை கிளிக் செய்யு போது *Check your connected devices* எனும் பகுதி தோன்றும். அதில் நீங்கள் கூகுள் கணக்கை பயன்படுத்தும் சாதனங்கள் அனைத்தும் பட்டியல் படுத்தப்படும். அவைகள் அனைத்தும் சரியானது எனின் *Looks Good* என்பதை தெரிவுசெய்க.

04. பின்னர் உங்களுக்கு *Check your account permissions* எனும் பகுதி தோன்றும். இதில் உங்கள் கூகுள் கணக்குடன் தொடர்புபடுத்தி பயன்டுத்திய மூன்றாம் நபர் சேவைகள் பட்டியல் படுத்தப்படும். அவற்றுள் பயன்படுத்தாதவைகள் இருப்பின் நீக்கிக்கொள்ள முடியும்.

05. இறுதியாக *Done* என்பதை சுட்டும் போது உங்களுக்கான 2 ஜி.பி. இணைய சேமிப்பகம் இலவசமாக வழங்கப்படும்.

எனவே, இப்போது உங்கள் 15 ஜி.பி. இலவச சேமிப்பகத்துடன் இந்த 2 ஜி.பி. யும் சேர்ந்து உங்களுக்கு 17 ஜி.பி. இலவச இடவசதி கிடைக்கும். நீங்கள் சென்ற வருடமும் மேலே குறிப்பிட்ட செயற்பாட்டை செய்திருந்தால் தற்போது உங்களுடைய மொத்த இணைய சேமிப்பகம் 19 ஜி.பி. வரை அதிகரித்திருக்கும்.

நின்று கொண்டே வேலை செய்கிறீர்களா?

நின்றுகொண்டு வேலைசெய்வோருக்கென பிரத்தியேகமாக தயாரிக்கப்பட்ட நிலையில்லா நாற்காலியொன்றை நாம் கடந்தவருடம் தொழில்நுட்ப உலகம் பகுதியில் பார்த்திருந்தோம். அதுபோன்றதொரு நாடற்காலியினை ஜப்பான் ஆர்ச்சிலிஸ் நிறுவனம் கண்டுபிடித்துள்ளது.

கணிணியின் முன் அமர்ந்து வேலை செய்பவர்களைத் தவிர மற்ற அனைவருக்குமே இந்த நாற்காலி உகந்ததொரு கருவியாக இருக்கும். இந்த நாற்காலி ஒரு அணிந்து கொள்ளக்கூடிய உடை போன்று உள்ளது. இதனை அணிந்து கொண்டால் வெகுநேரம் நிற்பவர்களுக்கு ஒரு ஆதரவு தேவைப் படும்போது நாற்காலியாக மாற்றி அதனை பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

ஆர்ச்சிலிஸ் நிறுவனம் இந்த அணியும் சாதனத்தை வெகுநேரம் நின்று கொண்டே அறுவைச்சிகிச்சை செய்யும் மருத்துவர்கள் சோர்வடையாமல் அவர்களது வேலையை செய்யவதற்காக தயாரித்துள்ளது. இதனால் ஒருவர் நின்று கொண்டே வேலைகளை சோர்வில்லாமல் செய்து முடிக்கலாம்.

மேலும் நின்று கொண்டே பணிபுரியும் மற்ற தொழிலாளர்களான பல்பொருள் அங்காடி ஊழியர்கள், தயாரிப்புதுறையில் நின்று கொண்டே பணிபுரிபவர்கள், பாதுகாப்பு ஊழியர்கள், பொறியாளர்கள், நூலக உதவியாளர்கள், சிகையலங்காரம் செய்பவர்கள் மற்றும் ஆய்வக தொழில்நுட்பத்தில் ஈடுபடுவோர்கள் போன்ற பலருக்கு இது கைகொடுக்கும். இதனால் வெகுநேரம் நின்று கொண்டிருப்பதால் நாளம் சம்பந்தப்பட்ட நோய்களையும் தடுக்கலாம்.

20:20 உலகக் கிண்ணத்தில்

இலங்கை பயிற்றுவிப்பாளர்கள்

✻ பீ.எப்.எம் றிஷாட்

இம்முறை 20:20 உலகக் கிண்ணப் போட்டிகள் கடந்த மார்ச் மாதம் 8ஆம் திகதி முதல் ஏப்ரல் 3ஆம் திகதி வரை இந்தியாவில் நடைபெற்றன.

கிரிக்கெட் வரலாற்றில் பல சாதனைகள் படைத்த இலங்கை அணி, கிரிக்கெட் உலகிற்கு பல சாதனைகளை புரிந்த வீரர்களையும் உருவாக்கியுள்ளது என்றால் மிகையாகாது. அதில் குறிப்பாக, தாம் கிரிக்கெட் விளையாட்டில் ஈடுபட்ட காலங்களில் எவ்வாறு தமது திறமைகளை வெளிப்படுத்தி உலகம் போற்றும் வீரர்களாக திகழ்ந்தார்களோ, தமது கிரிக்கெட் ஓய்வுக்கு பின்னரும் அதே பணியை செய்து வருகின்றார்கள் என்பது இலங்கையர்கள் என்ற வகையில் பெருமைதான்.

அந்தவகையில் இம்முறை 20:20 உலகக்கிண்ணத்தில் இலங்கை அணியின் பல முன்னாள் வீரர்கள், உலகின் பல பாகங்களிலும் உள்ள கிரிக்கெட் அணிகளில் பயிற்றுவிப்பாளர்களாக கடமையாற்றியதுடன், அதற்கான சிறந்த பெறுபேற்றையும் பெற்றுக்கொண்டமையை நாம் அறிந்துகொண்டோம்.

உலகின் நட்சத்திர முன்னாள் கிரிக்கெட் வீரரான குமார் சங்கக்காரவும் இலங்கை அணியின் தெரிவுக்குழு உறுப்பினராக நியமிக்கப்பட்டமையும் மற்றுமொரு சிறப்பம்சமாக அமைந்தது. எனவே, அவ்வாறு இலங்கை அணியை பிரதிநிதித்துவப்படுத்தி விளையாடி தற்போது பயிற்றுவிப்பாளர்களாக கடமையாற்றி வருகின்ற, மேலும் பணிபுரிந்த முன்னாள் வீரர்கள் பற்றிய இங்கு பார்ப்போம்.

ஹத்துருசிங்க, ருவன் ஜோடி

பங்களாதேஷ் அணியின் தலைமை பயிற்றுவிப்பாளராக உள்ள இலங்கை அணியின் முன்னாள் துடுப்பாட்ட வீரரும், முன்னாள் உதவிப் பயிற்றுவிப்பாளருமான சந்திம ஹத்துருசிங்க, இலங்கை அணியின் முன்னாள் களத்தடுப்பு பயிற்றுவிப்பாளரும், தற்போது பங்களாதேஷ் அணியின் களத்தடுப்பு பயிற்றுவிப்பாளராக கடமையாற்றுகின்ற ருவன் கல்பகே ஆகிய இருவரும் கடந்த 2014ஆம் ஆண்டு முதல் அவ்வணியின் வெற்றிகளுக்கும், சாதனைகளுக்கும் முக்கிய காரணமாக இருந்துவருகின்றார்கள்.

கடந்த 2014ஆம் ஆண்டு பங்களாதேஷ் அணியின் தலைமை பயிற்சியாளராக ஹத்துருசிங்க பதவியேற்ற பின், பங்களாதேஷ் விளையாடிய முதல் டெஸ்ட் தொடரை 3-0 என்ற கணக்கில் வென்றது. உலகக்கிண்ண வரலாற்றில் முதல்முறையாக பங்களாதேஷ் அணி காலிறுதிக்கு தகுதி பெற்றது.

பாகிஸ்தான், இந்தியா, தென்னாபிரிக்கா ஆகிய நாடுகளுக்கு எதிரான ஒருநாள் தொடரை கைப்பற்றி பங்களாதேஷ் வரலாற்று சாதனை படைத்தமை குறிப்பிடத்தக்கது. அத்துடன் எதிர்வரும் 2017ஆம் ஆண்டு இங்கிலாந்தில் நடைபெறவுள்ள சம்பியன் கிண்ண கிரிக்கெட் போட்டிகளிலும் விளையாட முதற்தடவையாக தகுதியை பெற்றுக்கொண்டது.

இதேவேளை, அண்மையில் நிறைவடைந்த ஆசியக்கிண்ண போட்டிகளில் பங்களாதேஷ் அணி 2ஆவது தடவையாக இறுதிப்போட்டிக்கு

தகுதிபெற்றதுடன், இம்முறை 20:20 உலகக்கிண்ணத்தில் பங்களாதேஷ் அணி 10 அணிகளின் சுற்றுக்கு தெரிவாகியிருந்தமை குறிப்பிடத்தக்கது.

ஆனால், அவ்வணியால் அச்சுற்றில் சிறப்பாக செயற்பட முடியாமல் போனது. குறிப்பாக பிரபல இந்தியாவுக்கு எதிரான போட்டியில் ஒரு ஓட்டத்தால் பரிதாபமாக பங்களாதேஷ் அணி தோல்வியைத் தழுவி உலகக்கிண்ணத்திலிருந்து வெளியேறியது.

ஆலோசகராக மஹேல

இலங்கை அணிக்காக சுமார் 650 சர்வதேச போட்டிகளில் பங்குபற்றிய இலங்கை அணியின் முன்னாள் நட்சத்திர வீரர் மஹேல ஜயவர்தன, இங்கிலாந்து கிரிக்கெட் அணி நிர்வாகத்தில் கடந்த வருடம் ஒக்டோபர் மாதம் நடைபெற்ற பாகிஸ்தான் தொடருக்கான இங்கிலாந்து அணியின் துடுப்பாட்ட ஆலோசகராக இணைந்து கொண்டார்.

இம்முறை நடைபெற்ற 20:20 உலகக்கிண்ண தொடரிலும் இங்கிலாந்து அணியின் துடுப்பாட்ட ஆலோசகராக மஹேல செயற்பட்டிருந்தமை குறிப்பிடத்தக்கது.

இங்கிலாந்து அணி இடம்பெற்ற அதே குழுவில்தான் இலங்கை அணியும் இடம்பெற்றிருந்தது. இலங்கை அணியின் உத்திகளை மஹேல இங்கிலாந்து வீரர்களுக்கு சொல்லிக்கொடுப்பார் என குற்றம்சாட்டப்பட்டது. இதன்காரணமாக ஆரம்பத்தில் இலங்கை கிரிக்கெட் நிறுவனத்தின் தலைவரால் உலகக்கிண்ணத்துக்கு முன்னர் பல முரண்பாடுகளும் கருத்து பிரயோகங்களும் மஹேலவுக்கு எதிராக முன்வைக்கப்பட்டன.

ஆனால், அந்த குற்றச்சாட்டுகளை மஹேல முற்றாக மறுத்திருந்தார். இதேவேளை, இலங்கை மற்றும் இங்கிலாந்து அணியுனான லீக் போட்டிக்கு முன்னர் மஹேலவின் ஒப்பந்தம் நிறைவடைந்ததையடுத்து அவர் ஆலோசகர் பதவியிலிலுருந்து விலகினார். ஆனால் அப்போட்டியில் இலங்கை போராடி தோற்றிருந்தமை குறிப்பிடத்தக்கது.

இப்போட்டியில் இங்கிலாந்து அணி பெற்ற வெற்றி அவ்வணியை அரையிறுதிக்குக் கொண்டு சென்றது. எனவே மஹேலவின் குறுகியகால சேவை அவ்வணிக்கு சாதகமாக அமைந்ததாக இங்கிலாந்து ஊடகங்கள் மட்டுமல்லாது, கிரிக்கெட் விமர்சகர்களும் கருத்து வெளியிட்டிருந்தமை குறிப்பிடத்தக்கது.

எனவே, எதிர்வரும் காலங்களில் மஹேல இங்கிலாந்து அணியின் துடுப்பாட்ட பயிற்றுவிப்பாளராக நியமிக்கப்படுவதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகம் காணப்படுவதாக நம்பத்தகுந்த வட்டாரங்கள் செய்தி வெளியாகியுள்ளன.

பந்துவீச்சு பயிற்சியாளராக வாஸ்

இலங்கையின் கிரிக்கெட் டெஸ்ட் அரங்கில் 355 விக்கெட்டுகளையும், ஒருநாள் அரங்கில் 400 விக்கெட்டுக்களையும் கைப்பற்றிய ஒரேயொரு வேகப்பந்து வீச்சாளர்தான் சமிந்த வாஸ். இவர் கடந்த 2008ஆம் ஆண்டு சர்வதேச கிரிக்கெட்டிலிருந்து ஓய்வு பெற்றார். அதனைத் தொடர்ந்து ஓய்விலிருந்த வாஸ், 2012ஆம் ஆண்டு இலங்கைக்கு சுற்றுப்பயணம் மேற்கொண்டிருந்த நியூசிலாந்து அணியின் வேகப்பந்துவீச்சு ஆலோசகராகவும் செயற்பட்டார். அதனைத் தொடர்ந்து இலங்கை அணியின் வேகப்பந்து வீச்சு பயிற்றுனராகக் கடமையாற்றிய வாஸ், கடந்த உலகக்கிண்ண போட்டிகளுடன் தனது பதவியை இராஜினாமா செய்தார்.

அதன்பின்னர் இம்முறை நடைபெற்ற 20:20 உலகக்கிண்ணப் போட்டிகளில் அயர்லாந்து அணியின் வேகப்பந்துவீச்சு பயிற்றுவிப்பாளராக கடமையாற்றியிருந்தமை குறிப்பிடத்தக்கது. ஆனால் அவ்வணி தகுதிகாண் சுற்றில் சிறப்பாக செயற்படாமையால் போட்டியிலிருந்து ஆரம்பத்திலே வெளியேறியது.

துடுப்பாட்டத்தில் மீண்டும் அத்தப்பத்து

2014இல் நடைபெற்ற 20:20 உலகக்கிண்ணத்தை வென்ற இலங்கை அணியின் உதவி பயிற்றுவிப்பாளராக கடமையாற்றிய மார்வன் அத்தபத்து, உலகக்கிண்ண போட்டிகளுக்குப் பிறகு அணியின் தலைமை பயிற்றுவிப்பாளராக நியமிக்கப்பட்டார். சுமார் ஒன்றரை வருடங்கள் பயிற்றுவிப்பாளராக இருந்த அவர், கடந்த வருடம் இந்தியா இலங்கையில் சுற்றுப்பயணம் செய்து விளையாடியது. அப்போது டெஸ்ட் போட்டியில் 0-1 என பின்தங்கிய இந்தியா கடைசி இரண்டு போட்டிகளிலும் வென்று 2-1 என தொடரைக் கைப்பற்றியது. இந்தியா தொடருக்கு முன் பாகிஸ்தான் அணியும் இலங்கையை வென்றிருந்தது.

இதனால் தலைமை பயிற்சியாளராக இருந்த மார்வன் அத்தப்பத்து திடீரென இராஜினாமா செய்தார். இதனையடுத்து அவர் சிம்பாப்வே அணியின் 20:20 உலகக்கிண்ண துடுப்பாட்ட பயிற்றுவிப்பாளராக நியமிக்கப்பட்டமை குறிப்பிடத்தக்கது.

இதன்படி, சிம்பாப்வே அணி 20:20 உலகக்கிண்ணத்தின் தகுதிகாண் போட்டிகளில் சிறப்பாக செயற்பட்டு சுப்பர் 10 சுற்றுக்கு தெரிவா கும் இறுதிப்போட்டி வரை முன்னேற்றமடைந்திருந்தமை குறிப்பிடத்தக்கது.

சும்மா இருத்தல்

ஒரு பெண்மணி தனது தோழியிடம் சொன்னாள். இன்றைக்கு உன்னிடம் நல்ல செய்தி ஒன்று சொல்லப் போகிறேன். இதுவரை எந்த வேலையும் செய்யாமல் சும்மா இருந்த எனது மகன் இன்று தியான வகுப்பில் சேர்ந்துள்ளான். எனக்கு மிகவும் மகிழ்ச்சியாக உள்ளது என்றாள்.

தோழி சொன்னாள், விபரம் தெரியாமல் பேசாதே. தியானம் என்பதே சும்மா இருப்பதுதான். உன் மகன் இதுவரை தனியே சும்மா இருந்தான். இப்போது கூட்டத்தோடு சேர்ந்து சும்மா இருக்கப் போகிறான். அவ்வளவுதான் வித்தியாசம் என்றாள்.

அப்பனும் வருவான்

செருப்பு கடைக்கார முதலாளி ஒருவன் புதிய ஒருவரை வேலைக்கு அமர்த்தியிருந்தார். அன்று முதல் நாள். கடைக்கு செருப்பு வாங்குவதற்காக ஒருவன் தனது தந்தையுடன் வந்தான். புதியவன் அவர்களிடம் பல செருப்புகளை காட்டிய பின் ஒரு சோடி செருப்பை எடுத்துக் கொடுத்துவிட்டு பணத்தை வாங்கி தனது முதலாளியிடம் கொடுத்தான்.

முதலாளி விபரம் கேட்க, அதற்கவன் 200 ரூபா செருப்பை காட்டினேன். அவனிடம் 100 ரூபாதான் இருந்தது. சரி, மீதியை நாளைக்கு கொண்டுவந்து கொடு என்று கூறிவிட்டு அவனிடம் செருப்பை கொடுத்து அனுப்பி விட்டேன் என்றான்.

முதலாளிக்குக் கோபம் வந்துவிட்டது. முட்டாளே! செருப்பு எடுத்து சென்றவன் திரும்பி வரவா போகிறான் என்று திட்டினார். அதற்கவன், ஏன் வரமாட்டான்? அவனென்ன, அவனது அப்பனும் வருவான். ஏனென்று தெரியுமா, நான் அவனிடம் கொடுத்தது இரண்டும் வலதுகால் செருப்பு. ஆகவே அவன் நிச்சயம் வரத்தான் செய்வான் என்றான்.

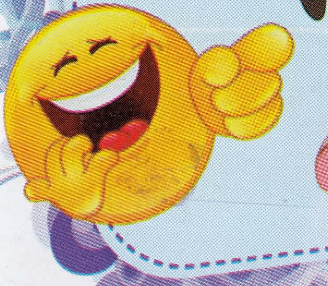
மிச்சம்

ஆசிரியர் ஒருவர் மாணவனிடம் ஒரு கணக்கு சொல்லி விடை கேட்டார். பையன் ஒரு ஆட்டடு இடையனின் பிள்ளை. பத்து ஆடுகள் இருக்கின்றன. ஒன்று மட்டும் வேலியைத் தாண்டி வெளியே குதித்து விட்டது. மிச்சம் எத்தனை ஆடுகள் இருக்கும்?

ஒன்றும் மிச்சமிருக்காது என்றான் பையன்.

அது எப்படி, என்ன கணக்கு அது? இருப்பது 10 ஆடுகள். ஒன்று வெளியே குதித்துவிட்டால் எப்படி ஒன்றுமிருக்காது என்று மீண்டும் கேட்டார் ஆசிரியர்.

உங்களுக்கு கணக்கு தெரிந்திருக்கலாம். ஆனால் எனக்கு ஆடுகளை பற்றி தெரியும். விடை ஒன்றுமில்லை என்பதுதான் என்றான் பையன்.



நேரம் போய்விட்டது

யானை அணிக்கும், பூச்சி அணிக்கும் கால் பந்தாட்டப் போட்டி நடைபெற்றது. பல்லாயிரக்கணக்கான ரசிகர்கள் மைதானத்தில் குவிந்து விட்டார்கள். முதல் சுற்றில் யானைகள் பத்துக்கு பூச்சியம் என்ற கணக்கில் முன்னிலையில் இருந்தது.

இரண்டாம் சுற்றில் பூச்சி அணி சார்பில் பூராண் (நூறு கால் பூச்சி) களமிறங்கியது. உடனே ஆட்டம் தலைகீழாக மாறியது. யானைகளுக்கு இடையே புகுந்து பூராண் வரிசையாக கோல்களை போட்டது. ஆட்டத்தின் இறுதியில் பூச்சி அணி இருபதுக்கு பத்து என்ற கணக்கில் வென்றது.

விளையாட்டு வீரர்கள் மைதானத்தைவிட்டு வெளியேறும்போது, யானை அணியின் தலைவன், பூச்சி அணியின் தலைவனிடம் 'உங்கள் முன்னணி ஆட்டக்காரர் பூராணை ஏன் முதல் சுற்றில் களமிறக்கவில்லை என்று கேட்டான்.

பூச்சி அணி தலைவன், அதுவா பூராண் நூறு கால்களுக்கும் காலணிகளை அணிந்துகொள்ள நேரம் போய்விட்டது என்று கூறினான்.

Best Shalwar Choice
வீட்டிலிருந்தவாறே
உங்களுக்குத் தேவையான
சல்வார், சாரி வகைகளை
எம்மிடம் ஓடர் செய்து
பெற்றுக்கொள்ளலாம்
ஓடர் செய்யும் பொருட்கள்
உங்கள் வீடுகளுக்கே
அனுப்பிவைக்கப்படும்
Dial: 0770567076 | Facebook: Best Shalwar Choice

வியாபாரி

இடம் வாங்கி விற்கும் நிறுவனம் ஒன்றில், ஒரு குறிப்பிட்ட இடத்தில் இருந்த நிலம் நீண்ட நாட்களாக வாங்குவதற்கு யாருமில்லாமல் இருந்தது. அதன் உரிமையாளர் என்ன செய்வது என்று சிந்தித்தபோது ஒரு விற்பனையாளன் அந்த இடத்தை தான் விற்றுத் தருவதாக கூறினான். அவனும் எப்படியோ பேசி ஒருவரிடம் அந்த நிலத்தை விற்றுவிட்டான். உரிமையாளருக்கும் அவன் மீது நல்லதொரு அபிப்பிராயம் ஏற்பட்டது.

பத்து நாட்கள் கழித்து கடும் மழை பெய்தது. குறித்த நிலம் சரியான பள்ளத்தில் இருந்ததால் சுற்றிவர வெள்ளம் சூழ்ந்துவிட்டது. வாங்கியவருக்கு படுகோபம். தான் ஏமாந்துவிட்டதை எண்ணி குறித்த விற்பனையாளனிடம் அவர் கடுமையாக பேச ஆரம்பித்தார்.

விற்பனையாளன் அமைதியாக சொன்னான், உங்களுக்கு பிடிக்கவில்லை என்றால் உங்கள் பணத்தை பத்து நாள் வட்டியுடன் வாங்கிக் கொள்ளுங்கள். இந்த இடத்தை வாங்க நிறைய ஆட்கள் இருக்கிறார்கள்.

வாங்கியவருக்கோ ஒரே திகைப்பு. என்ன விளையாடுகிறீர்களா? வெள்ளத்துக்குள் மூழ்கியுள்ள இந்த நிலத்தை வாங்க யாருக்கு பைத்தியம் பிடித்திருக்கிறது என்று கேட்டார்.

அதற்கு விற்பனையாளன், இந்த இடத்தின் அருமை உங்களுக்குத் தெரியவில்லை. தண்ணீர் வடிந்ததும் இங்கு வீட்டை கட்டவேண்டும். பின்னர் அடுத்த முறை மழை பெய்யும்போது நீரை வெளியேறவிடாமல் பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். இப்போது உங்கள் வீடுதான் இந்த நகரத்திலேயே ஏரியில் கட்டப்பட்ட முதல் வீடாக இருக்கும்.

யோசித்துப் பாருங்கள். ஏரியில் வீடு கட்டுவதென்பது எவ்வளவு கடினமானது. இங்கு இயற்கையாகவே ஏரியில் வீடு கட்டப்போகிறீர்கள். நன்றாக யோசித்து முடிவு செய்யுங்கள். இந்த இடம் கைமாறிப் போனால், உங்களது அழகிய ஏரி வீடு இல்லாமல் போய்விடும் என்றான்.

விற்பனையாளனின் பேச்சைக் கேட்டதும் வாங்கியவர் அமைதியானார். இந்த சந்தர்ப்பத்தை பயன்படுத்தி, என்னால் உங்களுக்கு ஒரு உதவி செய்யமுடியும் என்றான் விற்பனையாளன். எங்களிடம் இரண்டு சிறிய படகுகள் இருக்கின்றன. வேண்டுமென்றால் உங்களுக்காக அவற்றை குறைந்த விலைக்கு தருகிறோம். அவற்றை நீங்கள் பயணிப்பதற்கு பயன்படுத்தலாம் என்றான். இப்படிச் சொல்லி நீண்ட நாட்களாக உதவாமல் கிடந்த இரண்டு படகுகளையும் விற்றுவிட்டான்.

நல்ல விற்பனையாளன்
தேவைகளை உருவாக்கிவிடுவான்

பிச்சுமணி ஒரு பாடசாலையில் படிக்கும்போது வகுப்பாசிரியர், மாணவர்களை பார்த்து, 'இங்கு இருக்கும் மாணவர்கள் எல்லோருக்கும் ஓர் ஒற்றுமை உள்ளது. கண்டு பிடியுங்கள் பார்ப்போம்' என்றார். பல மாணவர்கள் பல பதில்கள் சொல்ல, எல்லாவற்றையும் தவறு என்றார் ஆசிரியர். பிச்சுமணி எழுந்து 'எனக்கு தெரியும் சேர். இங்கு இருக்கும் எல்லாருடைய பெற்றோரும் ஒரே ஆண்டில்தான் எங்களைஉருவாக்கியிருப்பார்கள்' என்றான். 'வெளியே போடா' என்றுகத்திய ஆசிரியர், 'இருந்தாலும், நீயோசித்தது பிடித்திருக்கிறது' என்றார்.

பிஞ்சில பழுத்தது

வஞ்சம் நெஞ்சில்

தஞ்சமானால்
எஞ்சும் சுகமும்
அஞ்சியோடும்....
கொஞ்சும் மழலை
நெஞ்சம் பெற்றால்
மிஞ்சும் உலகில்
மனிதநேயம்...
விஞ்சிடும் அநீதி
அக்கிரமத்துள்
நஞ்சாய் அன்பை
விதைத்திடலாம்....
கொஞ்சமும் விலகி
நடக்காமலே
துஞ்சலாம் நன்மையை
மனிதத்திடம்...

ராஜ் சுகா

மலர் ஒன்று மடிந்தது

மணல் ஒதுங்கி
கிடக்கின்றது
மனமில்லா மானிடன்
மதிக்காது சென்றிட
அலை ஒன்று வந்து
தாலாட்டிச் செல்கிறது...!

அ.நிரோசனா

அந்த மாதிரி

பெற்றோரிடமிருந்து
பிடுங்கி எறியப்பட்ட குழந்தைகள்
அன்பு, ஆதரவுக்காக கையேந்தி
சமூக நோய்களாக வளர்கிறார்கள்

சமூக கண்களாக வளரவேண்டியவர்கள்
புண்களாய் உருவாகும் கொடுமை

வன்புணரப்படும் சிறுமிகள்
பாலியல் வியாபாரிகளாகும் பெண்கள்
ஆம் இன்று இலங்கை
'அந்தி மாதிரி' இருக்கு

கமலினி கதிர்

தற்செயல் தாங்கா உள்ளம்

ஒட்டி உறவாடிய
உன் செயல்கள்
என் எண்ணமதை
தட்டி எரிக்கிறது
தள்ளி நிற்கையிலே
தவறுதலும் தாங்காது
தற்செயலும் விளங்காது

நீ தந்த அரவணைப்பு
கலையாத நினைவுகளாக
காலம் காலம்
வாழ்ந்திடனும்

நாம் காண பிரியாத
காவியமாய்
தன்னுயிரை துச்சமாக்கி
உன்னுயிரை விருட்சமாக்கி
இருந்திடனும் நாம்

பீ.எம். கியால் அஹமட்

நாகரீகம்

ஆடையைக் குறைத்துக் கொண்டே
போவதுதான் நாகரீகம் என்றால்
நீங்களல்ல
அம்மணமாய்த் திரிந்த
ஆதி மனிதனே
நாகரீகத்தில் முன்னேறியவன்

ரெஜிக்திரன்

மனைவியின் அருமை

ஒருவர் எதற்கெடுத்தாலும் மனைவியுடன் சண்டை போடுவார். ஒருநாளைக்கு அலுவலகத்துக்கு போய் வேலை செய்து பார். சம்பாதிப்பது எவ்வளவு கஸ்டம் என்று புரியும் என்று அடிக்கடி மனைவியிடம் சவால் விடுவார்.

ஒருநாள் பொறுமையிழந்த மனைவி, இன்றைக்கு நீங்கள் வீட்டில் இருந்துகொண்டு பிள்ளைகளை பார்த்துக்கொள்ளுங்கள். காலையில் பிள்ளைகளை குளிப்பாட்டி, சாப்பாடு கொடுத்து, பாடம் சொல்லிக்கொடுத்து, சீருடை அணிவித்து பாடசாலைக்கு அனுப்புங்கள். அத்துடன் சாப்பாட்டையும் சமைத்து வையுங்கள். துணியையும் துவைத்து வையுங்கள். இவற்றையெல்லாம் செய்துதான் பாருங்களேன் என்று எதிர் சவால் விட்டாள். கணவனும் அதை ஏற்றுக்கொண்டான்.

மறுநாள், அவன் வீட்டிலிருக்க மனைவி அலுவலகத்துக்கு சென்றாள். குப்பைகூளமாக கிடந்த அலுவலகத்தை முதலாளியின் மனைவி என்றும் பார்க்காமல், கூட்டி பெருக்கி சுத்தம் செய்தாள். வருகை பதிவேட்டை சரிபார்த்து தாமதமாக வருபவர்களை கண்டித்தாள். கணக்கு வழக்குகளை சரிபார்த்தாள்.

மாலை 5 மணியானதும் வீட்டுக்குப் புறப்பட நினைத்த போது, அலுவலகத்தில் பணிபுரியும் ஊழியர் ஒருவரின் மகளது திருமண வரவேற்பு நிகழ்வு நடைபெற்றது. அதற்கு பரிசுப்பொருள் வாங்கிக்கொண்டு திருமண மண்டபத்துக்கு சென்றாள்.

கணவர் அலுவலகம் வராமைக்கு பொய்யான காரணம் ஒன்றை கூறிவிட்டு, மணமக்களின் கட்டாயத்தால் சாப்பாட்டுக்கு சென்றாள். பந்தியில் உட்கார்ந்தவளுக்கு சிந்தனையெல்லாம் வீட்டைப் பற்றியே இருந்தது.

இலையில் வைத்த ஜாங்கிரி மூத்தவனுக்கு பிடிக்கும் என்று கைப்பையில் எடுத்து வைத்தாள். முறுக்கு கணவனுக்கு பிடிக்குமே என்று அதையும் கைப்பைக்குள் எடுத்து வைத்தாள். அவள் சாப்பிட்டதை விட, பிள்ளைகளுக்கும் கணவனுக்கும் பைக்குள் எடுத்து வைத்ததே அதிகம்.

ஒரு வழியாக வீட்டுக்கு வந்து இறங்கியவள், கணவன் கையில் பிரம்போடு கோபத்துடன் அங்கும் இங்குமாக நடந்து கொண்டிருப்பதை பார்த்தாள்.

இவளைக் கண்டதும், 'பிள்ளையா பெத்து வெச்சிருக்காய்...? அத்தனையும் குரங்குகள். சொல்றத கேட்க மாட்டேங்குது. படிக்க சொன்னா படிக்க மாட்டேங்குது. சாப்பிடச் சொன்னா சாப்பிட மாட்டேங்குது. இப்ப அத்தனை பேரையும் அடிச்சு, அந்த றூம்ல படுக்க வச்சிருக்கேன். பாசம் காட்டுறன் என்டு பிள்ளைகள கெடுத்து வச்சிருக்கே' என்று பாய்ந்தான்.

அவளோ, 'அய்யய்யோ... பிள்ளைகளை அடிச்சீங்களா...?' என்றவாறே உள்ளே ஓடி கதவைத் திறந்தாள். உள்ளே ஒரே அழுகையும் விம்மலுமாக கேட்டது. மின்விளக்கை போட்டவள் அதிர்ச்சியுடன், 'ஏங்க... இவனை ஏன் அடிச்சு படுக்க வச்சீங்க..? இவன் எதிர்வீட்டு பையனாச்சே...' என்று அலரினாள்.

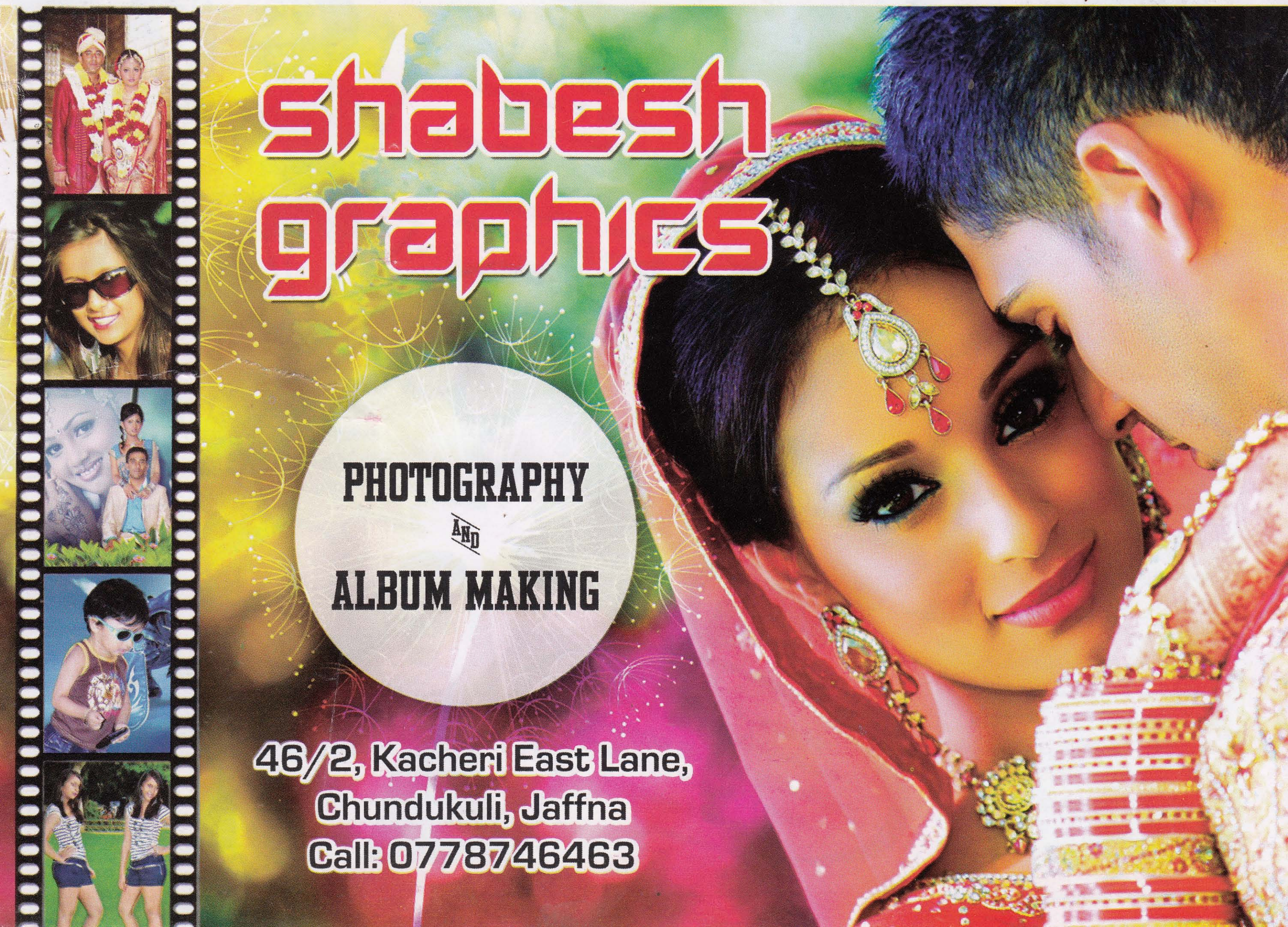
'ஓஹோ... அதான் அவன் ஓடப் பார்த்தானா...?' என்று கணவன் திகைத்து நின்றான்.

இந்த நிலையில் இருவருக்கும் ஒன்றுதான் புரிந்தது. இல்லாள் என்றும் மனையாள் என்றும் மனைவியை சங்ககாலம் தொடங்கி நம் மூதாதையர்கள் சொல்வது சும்மா இல்லை என்று. வீட்டை பராமரிப்பதிலும் பிள்ளைகளுக்கு வளமான வாழ்க்கையை அமைத்துக் கொடுப்பதிலும் ஒரு பெண்ணின் பங்கு தலையாயது. அதுபோல, பணத்தை உழைத்து வரக்கூடிய ஆண்களின் பங்கும் அளப்பரியது.

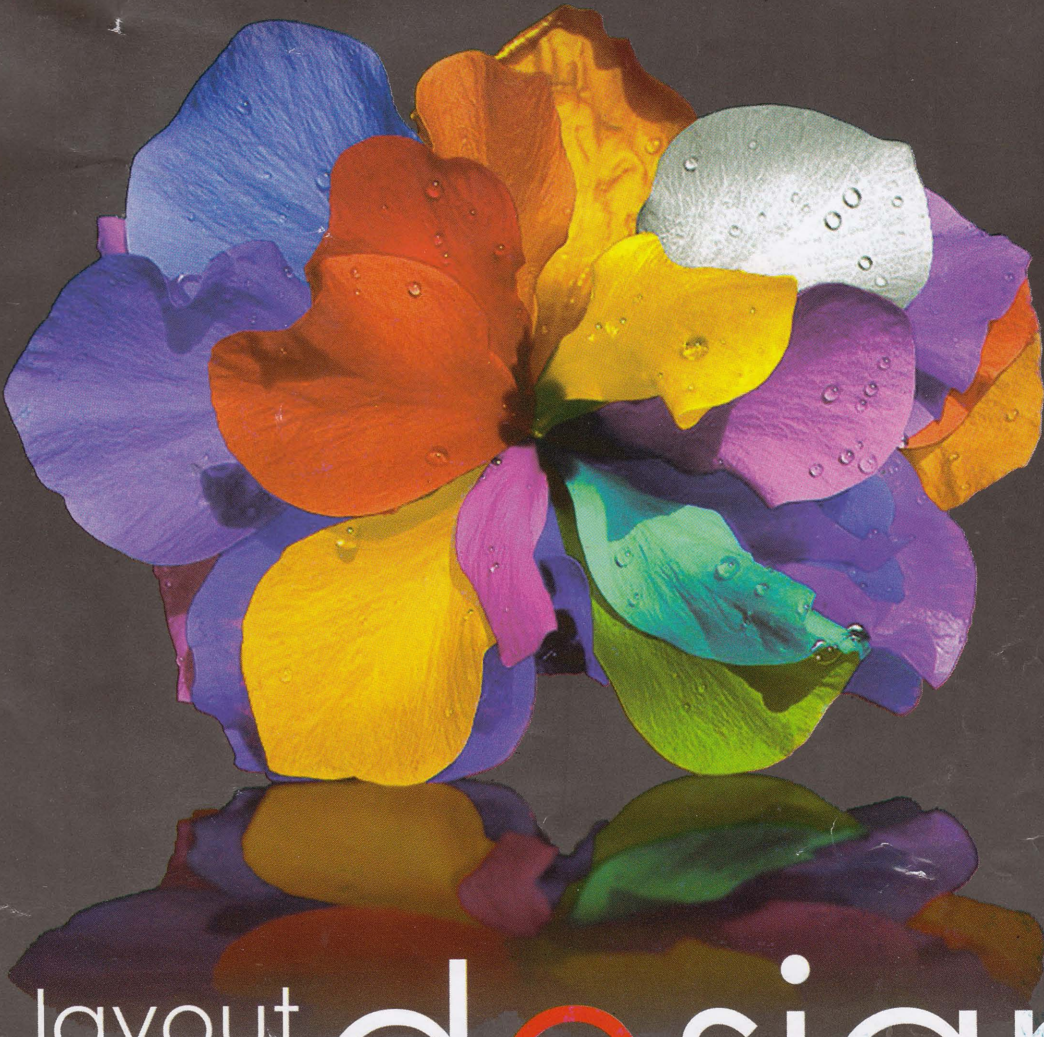
ஆனால், இருவரும் வேலைக்கு செல்லும் இந்தக் காலத்தில் இது ஆணுக்கு, இது பெண்ணுக்கு என்று குடும்ப பொறுப்புகளை பிரிக்க இயலாதபடி வாழ்க்கை சமத்துவமாகிவிட்டது. இந்த சூழ்நிலையில் ஒரு குடும்பம் மகிழ்ச்சியாக இருக்க வேண்டுமென்றால் கணவன் மீது மனைவியோ, மனைவி மீது கணவனோ ஆதிக்கம் செலுத்தாமல் அன்பால் சாதிக்கும் மனநிலையை கொண்டிருந்தாலே எல்லா வளமும் பெற்று பல்லாண்டு வாழமுடியும்.

தமிழன் 24 அனுசரணையில் உதைபந்தாட்டப் போட்டி

தரணி வாழ் தமிழர்களின் இதய ஒலி தமிழன் 24 அனுசரணையுடன் சினேகபூர்வ உதைப்பந்தாட்ட போட்டி யாழ்ப்பாணம் அரியாலை சனசமூக நிலைய மைதானத்தில் அண்மையில் நடைபெற்றது. இந்நிகழ்வில் பிரதம விருந்தினராக பாராளுமன்ற உறுப்பினர் ஈ. சரவணபவன் மற்றும் சிறப்பு விருந்தினராக பரியோவான் கல்லூரி ஆசிரியர் ஆனந்த சபேசன் கலந்துகொண்டனர்.



ஏன் நான் உள்ளே வந்ததும் ஏன் கண்ணாடியை எடுத்துப் போட்டுக்கிற...?
தலைவலி வந்தவுடனே கண்ணாடியைப் போட்டுக்கச் சொல்லி டாக்டர்தான் சொன்னார்.
தமிழிலே எப்படி இருக்கான்னு சொல்லுங்க சேர்!
உங்க பையன் ஆங்கிலத்தில படு வீக்கா இருக்கான்.
தங்கள் மகன் ஆங்கிலத்தில் மிகவும் வலுவிழந்து இருக்கின்றான் ஐயா
என்னங்க நம்ம குக்கரில் சோறு வெந்ததும் விசில் அடிக்க மாட்டேங்குது
அதுக்கு நான் என்னடி பண்ற...?
சோறு வெந்ததும் நீங்க விசில் அடிங்க
மாணவன் 1: சினிமாவுக்கு போகலாமா? இல்ல பீச்சுக்குப் போகலாமா?
மாணவன் 2: வேணாம். படிக்கப் போகலாம்.
மாணவன் 3: காசை சுண்டி பார்ப்போம். தலை விழுந்தால் சினிமா, பூ விழுந்தால் பீச். நேராக நின்றால் படிக்க போகலாம்.
ஆசிரியர்: உலகுக்கு முக்கியம் சூரியனா? சந்திரனா?
மாணவன்: சந்திரன்தான் சேர்.
ஆசிரியர்: எப்படி?
மாணவன்: சேர்! பகலில் வெளிச்சம் இருக்கும்போதுதான் சூரியன் ஒளி கொடுக்குது. ஆனால், சந்திரன் அப்படயில் சேர். ராத்திரில வெளிச்சம் இல்லாதபோதுதான் ஒளி கொடுக்குது.
ச்சீ...! போடி! அவர்கிட்ட போய் வெட்கத்தை விட்டு, இதை எப்படிக் கேட்கிற...?
ஏன்டி, உன் காதலனோட வெளியூர் போயி ரெண்டுநாள் றூம்போட்டு தங்கிட்டு வந்திருக்கியே. அவர் உன்னை கல்யாணம் பண்ணிக்குவாறா?



layout
graphics
design

newspaper | magazine | books | calendar
advertisement | banner | poster | logos

PRESS Grapix
solution for design & publication

54/8A, Asiri Lane, Kalubowila, Dehiwala
Hotline: 0777731180/ 0713545452
Email: firows@gmail.com | Website: www.firows.info

தரணிவாழ் தமிழர்களின் இதய ஒலி
தமிழன் 24FM
தரணி வாழ் தமிழர்களின் இதய ஒலி
இசை மழையில்
நனைய தயாராகுங்கள்
செய்திகள்
தொழில்நுட்பம்
கலை, கலாசாரம்
மருத்துவம்
விளையாட்டு
சினிமா
www.tamilan24.com
தமிழன் 24
தரணி வாழ் தமிழர்களின் இதய ஒலி
சூடான செய்திகளை உடனுக்குடன்
அறிந்துகொள்ள நம்மவர் இணையம்
www.tamilan24.com