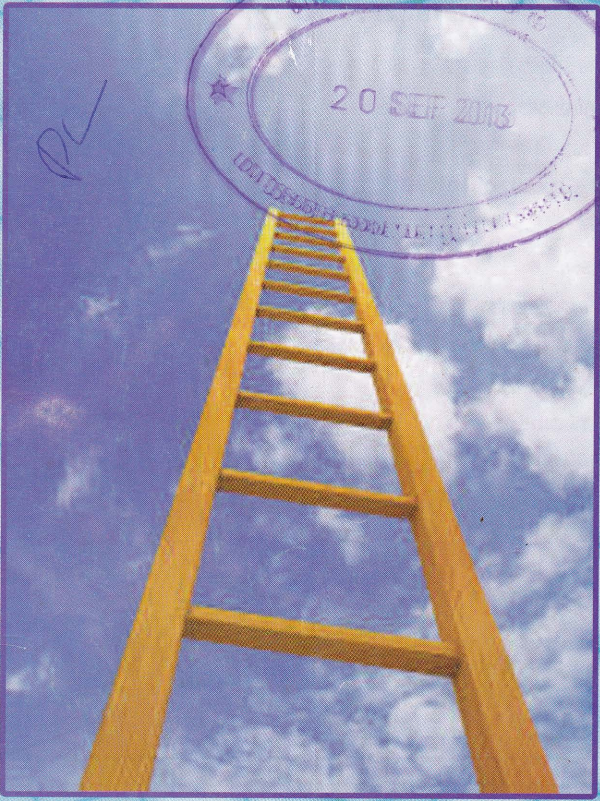
PUBLIC LIBRARY
JAFFNA

Offering Our Service to God and to Others
O.M.I
ANJALIAHAM

அஞ்சலி

ANJALI MAGAZINE

தீபம் - 06 சுடர் - 02 வைகாசி - ஆவணி - 2013



20 SEP 2013

உள சமூக ஆன்மீக இலக்கிய சஞ்சிகை - 19

'அஞ்சலி'

உள சமூக ஆன்மீக இலக்கிய சஞ்சிகை

ஆசிரியர் : அருட்பணி சூ.டேமியன் அ.ம.தி M.A
துணை ஆசிரியர் : அருட்பணி இ.செ.விஜேந்திரன் அ.ம.தி
நிர்வாகக் குழு : அஞ்சலியக பணியாளர்கள், அஞ்சலி இளையோர் சமூகம்
ஆலோசனைக்குழு : அருட்பணி இ.ஸ்ரலின், M.Sc, அருட்பணி பிலிப் அ.ம.தி, மனநல மருத்துவர் எஸ்.சிவதாஸ் M.B.B.S, இ.து. குலசிங்கம், ஜோசப் பாலா.

உள்ளே..... ☞ பக்கம்

ஆசிரியரின் உள்ளத்திலிருந்து..	01
மகிழ்ச்சியோடு வெற்றிபெற...	02
உறவு	09
உங்கள் வாழ்வின் அடையாளம் என்ன?	10
தாயின் அன்பு	12
உள ஆற்றுப்படுத்தல்	13
அவள் கண்ட நட்பு (சிறுகதை)	16
வாழ்க்கைக்குப் பயன்தரக்கூடிய ஆன்மீக குறிப்புக்கள்	20
ஈழத்து நாட்டுப்பாடல்கள்	27
பதின்ம வயதில் தாய்மையடைதல்	29
இளமை இனிமை – எதிர்காலம் சிறந்து விளங்க..	34
தும்பளை தாவீது அடிகளாரின் மொழிகள் பற்றிய ஆய்வும் பின்னணிக்களம்	37
சிந்தனைக்கு...	42
கடந்து வந்த எம் முட்பாதை...	44
சிரிப்புடன்	47
இன்பமயமான இல்லற வாழ்க்கைக்கு...	48
வாசகர் பார்வை	52

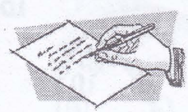
'ANJALI' Magazine,
Nellandai Road,
Thumpalai, Point Pedro,
Jaffna, Sri Lanka. Tel:
021 3217262

விலை
40/=

'அஞ்சலி' சஞ்சிகை,
நெல்லண்டை வீதி,
தும்பளை, பருத்தித்துறை,
யாழ்ப்பாணம், இலங்கை.
தொ.பே: 021 3217262

PUBLIC LIBRARY
JAFFNA

ஆசிரியரின் உள்ளத்திலிருந்து..



மனவுறுதி மிக்கவர்களாக.....

1960 ஆம் ஆண்டு கோடைவெயில் கொழுத்தியெடுக்க பகலில் ஒலிம்பிக்போட்டியை நடத்தமுடியாமல் திணறியது ரோம் மாநகரம். கடைசியில் இராணுவ வீரர்கள் தீப்பந்தம் ஏந்தி வர மரதன் போட்டியை இரவில் நடத்தியது பகலில் வெயில் கொடுமையை தவிர்க்கவே மாலையில் போட்டியை நடத்தியது. அதில் வெறும் காலுடன் ஓடி தங்கம் வென்று சாதனை படைத்த வீர்தான் ஆபிரிக்காவின் அபெபெபிகிலா.

கடைசி சில மைல்களில் இருவர் மட்டுமே ஓடுகளத்தில் ஓடிக்கொண்டிருந்தனர். ஒருவர் அபெபெ பிகிலா இன்னொருவர் மொறக்கோவின் ராடிபென் அட்பெஸ்ஸம் கடைசியில் பரபரப்பாக இறுதி கம வினாடிகள் வித்தியாசத்தில் அடபெஸ்ஸமத்தை தோற்கடித்து தங்கம் வென்றார் பிகிலா.

ஒலிம்பிக்கில் தங்கம் வென்ற முதல் ஆபிரிக்கர் என்ற பெருமையையும் பெற்றார். அது உலக சாதனையாகவும் அமைந்தது. வெறும் 2 மணி நேரம் 15 நிமிடம் 16 வினாடிகளில் கடந்து இந்தச் சாதனையை அவர் மேற்கொண்டார். அங்கிருந்தவர்கள் பிகிலாவிடம் ‘‘வெறும் காலுடன் ஏன் ஓடினீர்கள் என்று கேட்டபோது பிகிலா’’ எத்தியோப்பியர்கள் மனவுறுதியால் மட்டுமே வெல்கிறார்கள் என்பதை உலகிற்கு உணர்த்தவே அப்படி ஓடினேன் என்றார் பொறுமையோடு.

இடையில் நோய்வாய்ப்பட்டாலும் அதையும் வென்று, அடுத்தடுத்து தொடர்ந்து இரண்டுமுறை தங்கம் பெற்ற முதல்வீரர் என்ற புகழையும் பெற்றார். வெறுங்காலுடன் மரதனில் ஓடி தங்கம் வென்று மனவுறுதியால் மகுடம் சூடியவர். மனவுறுதிக்கு இலக்கணம் வகுத்தவர் இந்தப் பிகிலா நமக்கெல்லாம் நல்ல பாடம். ஒவ்வொருவரின் வாழ்க்கைக்கும் மனவுறுதி மிகவும் அடிப்படை. தொடர்ந்து போராடவேண்டிய ஆற்றலை மனவுறுதியும் இறை நம்பிக்கையும் தான் அளிக்கிறது என்பது வாழ்க்கையை அனுபவித்து வாழ்ந்தவர்களின் பாடம்.

இறைநம்பிக்கையின்றி தன்னம்பிக்கை வளர்வதில்லை. தன்னம்பிக்கையின்றி இறைநம்பிக்கை வலுப்பெறுவதில்லை. இன்றைய நடைமுறை வாழ்க்கையில் துன்பங்களைக்கண்டு, தப்பித்து ஓட நினைப்பவர்களே இவ்வுலகில் மிக அதிகம். ‘துணிந்துநில்’, ‘போராடு’ என்ற தாரக மந்திரத்தை கொண்டிருப்பவர்கள் மிகவும் குறைவே.

-அருட்தந்தை சூ.டேமியன் அ.ம.தி-

மகிழ்ச்சியோடு வெற்றி பெற்று வாழ அடிப்படையானவை

அருட்தந்தை இராசேந்திரம் ஸ்ரலின்

மகிழ்ச்சியான வாழ்வுக்கு அடிப்படையான சில கருத்துகள் இங்கு தரப்படுகின்றன. இவை வாழ்வில் முன்னேற்றம் காண உதவுபவை.

1. **கடவுளோடு நல்லுறவு பேணு:** முதலில் நீ கடவுளோடு நல்லுறவு பேணு. பலர் நன்மையடைவதால்தான் இறைவனைத் தொடர்ந்தும் நாடி உறவாடுகின்றனர். "கடவுள் எது மனிதருக்கு நல்லது என்று சமய நூல்கள், பெரியார்கள் வழியாக வெளிப்படுத்தியிருக்கின்றாரோ அவற்றையே கடைப்பிடிக்கும் பழக்கத்தைக் கொண்டிரு.

   இறைவனோடு உன் வாழ்வின் அனுபவங்களைப் பகிரவும், முக்கிய விடயங்களுக்கு அவரிடம் ஆலோசனை பெறுவதையும் அன்றாடப் பழக்கமாக்கிக் கொள். இது உனக்கு இறைவனின் அருளை, வாழ்வதற்குத் தெளிவான பாதையையும் காட்டி நிற்கும். உன்னால் ஒளிநிறைந்த வாழ்வைப் பெறமுடியும். சமயச்சடங்குகளில் ஈடுபடுவது நல்லது. ஆனால் அதுமாத்திரம் உன்னை நல்ல ஆளாக்கும் என்று எண்ணி ஏமாந்துவிடாதே. இறைவனோடு நல்ல உறவுகொண்டு வாழ்ந்தால் உன் வாழ்வின் அனைத்தும் ஒழுங்காக இயங்கும்.

2. **மனச்சாட்சிப்படி வாழ்:** மனச்சாட்சிப்படி நடக்கத் தீர்மானி. மனச்சாட்சிக்கு மாறாக நடக்கும் உன் வாழ்வு சேற்றிலும் சகதியிலுமே முடிவடையும். அது நிம்மதி தராது. ஒழுக்கம், நன்னெறி என்பவற்றைக் கடைப்பிடி. இது உனக்கு நல்ல பெயரைப் பெற்றுத் தருவதோடு மனநிம்மதியையும் உனக்குப் பரிசாகக் கொடுக்கும். உன் சந்ததியும் நீ பெறும் நற்பெயரால் நன்மைகள் பல பெறும். மனக்கட்டுப்பாட்டோடு நட. மனம்போன போக்கில் வாழாதே. எதைப் பார்ப்பது, எதைக்கேட்பது, எதைப்பேசுவது என்பதில் மனக்கட்டுப் பாட்டோடு நட. மனக்கட்டுப்பாடின்றி வாழ்வோரின் நிலையைப் பார்த்துப் பாடங்கள் கற்றுக்கொள்.

PUBLIC LIBRARY
JAFFNA

3. **அழைத்தலை உணர்ந்து நட:** கடவுள் எதைச் செய்யுமாறு உன்னைக் கேட்கின்றார், சமுதாயம் எதை உன்னிடம் எதிர்பார்க்கின்றது? வாழ்வில் நீ பெற்றுக்கொண்டிருக்கும் அனுபவங்கள் நீ சமுதாயத்திற்கு எத்தகைய பணியைச் செய்யுமாறு கேட்கின்றது? என்ற கேள்விகளுக்கு விடைதேடு. அதன் அடிப்படையில் நல்ல இலட்சியங்களை உருவாக்கிக்கொள். சமுதாயத்திற்கு ஒரு சிறு நன்மையாவது செய்வதைப் பழக்கமாக்கிக்கொள். உனக்கு முன் வாழ்ந்தோர் சமுதாயத்திற்கு நன்மை செய்ததால் தான் உன் வாழ்வு இலகுவானதாக இருக்கின்றது. அவ்வாறு நீயும் செய்தால் எதிர்கால சந்ததி பயனடையும். நமது இனம் சுயநலமானது என்று கூறிக் கொண்டே இருப்பதால் யாருக்கு இலாபம். நீ சமுதாயத்திற்கு நல்லது செய்யும் ஆளாக மாறினால், உன்னைப்பார்த்துச்சிலர் தாமும் அப்படி வாழ முயலுவார்கள். இதனால் சுயநலக்காரர்கள் சமுதாய குறைவடைந்து படிப்படியாக நலச் சிந்தனை கொண்டவர்கள் பெருகுவார்கள். "இருளைப் பழிப்பதைவிட ஒளியேற்றுவது மேலானது." என்பதை உன் வாழ்வின் விருதுவாக்காகக் கொள்.

> நீ சமுதாயத்திற்கு நல்லது செய்யும் ஆளாக மாறினால். உன்னைப் பார்த்துச் சிலர் தாமும் அப்படி வாழ முயலுவார்கள்.

4. **உண்மையைக் கடைப்பிடி:** உண்மையுள்ள ஆளாக வாழ்வதை உன் வாழ்வின் முக்கிய பழக்கமாக்கிக்கொள். உண்மையோடு வாழ்வது துன்பங்களுக்கு இடடுச்சென்றாலும் நீண்ட காலத்தில் நிறைய வெகுமதியைத் தரும். பொய் கூறும் எவரையும் உன்னால் நம்ப முடியுமா? பொய் கூறுபவர்களுக்கு நீ பொறுப்பேதும் கொடுப்பாயா? இல்லையே. வாக்கைக் காப்பாற்றி நட. வாக்கைக் காப்பாற்ற அரிச்சந்திரன் எவ்வளவு துன்பத்தை அனுபவித்தாலும் அவன் வாழ்வு இறுதியில் மகிழ்ச்சி நிறைந்ததாய் அமைந்தது என்பதை எண்ணிப்பார். கொடுக்கல் வாங்கல்களில் நேர்மையைக் கடைப்பிடி. கடன்பெற்றுவிட்டு இன்ன நாளுக்குத் தருவதாக நீ வாக்களித்தால் அதை நிறைவேற்றப்பார். நிறைவேற்ற முடியா விட்டால் உன் உண்மை நிலையை விளக்கி எப்போது திருப்பிக்கொடுப்பாய் என்பதைக் கூறு. பின்னர் தாமதிக்காது

திருப்பிக்கொடுத்துவிடு. பொய் வாழ்வு நிம்மதியின்மையை உறவு முறிவுகளையே உனக்குக் கொடுக்கும்.

5. **பொறுப்புணர்ச்சியோடு வாழ்:** கல்வி, தொழில், கடமை என்பவற்றில் பொறுப்புணர்ச்சியோடு வாழ்வதைப் பழக்கமாக்கிக்கொள். உனக்குக் கொடுத்த பொறுப்புகளை, உனக்கு உள்ள கடமைகளைச் செய்வதில் தவறிழைக்காதே. பொறுப்பின்றிக் குடிக்கின்ற தகப்பனால் துன்புறும் மனைவி, பிள்ளைகளை நீ பார்த்திருக்கின்றாய். பிள்ளைகளைப் பெற்றுவிட்டு அவர்களுக்குரிய கடமை ஏதும் செய்யாது பொறுப்பின்றி அலையும் தந்தையால் அவர்களின் உடல்நலம், கல்வி, திருமண வாழ்வு என்பன பாதிக்கப்பட்டிருப்பதை நீ பார்த்திருக்கின்றாய். பொறுப்புகளைச் செவ்வனே செய்வது உன் ஆளுமையின் பலமாக இருக்கும். பொறுப்பேற்கத் தயங்குவோர் வாழ்வில் முன்னேற்றம் காண்பதில்லை என்பதை உணர்ந்துகொள்.

6. **ஆதரவுக் குழு உருவாக்கு:** நல்லவர்களைக் கொண்ட ஒரு ஆதரவுக்குழுவை உனக்கென அமைத்துக்கொள். உன் மனக்கவலைகளைப் பகிர்ந்துகொள்ள, பல்வேறு விடயங்களில் ஆலோசனைகள் பெற, பொருளாதாரப் பிரச்சினையில் கைகொடுக்க, நல்ல பொழுதுபோக்கில் மகிழ, உதவக்கூடியவர்களைத் தேர்ந்தெடு." இது இரண்டு தொடக்கம் ஐந்து பேரைக்கொண்ட குழுவாக அமைவது நல்லது.

7. **உதவிக்கரம் நீட்டு:** உதவிதேவைப்படுவோருக்கு உதவிக்கரம் நீட்டத்தயங்காதே. பிறருக்கு உதவுவது உயர்ந்த பண்பு என்பதை எப்போதும் நினைவில் கொள். பிறரின் உதவியால்தான் நீயும் தற்போதைய நிலையில் உள்ளாய். அவ்வாறே நீயும் பிறருக்கும் உதவி செய். முக்கிய நிகழ்வுகள் இடம்பெறும்போது சுயநலத்தோடு நடக்காது உன் பங்களிப்பையும் வழங்கு. இது உன் ஆளுமையை மலரச்செய்யும். பிறரும் உனக்கு உதவ முன்வரும் வாய்ப்பு அதிகம். பிறர் தம்மால் செய்யக்கூடியவற்றை நீ செய்து கொடுக்க முயற்சிக்காதே. அவ்வாறே பிறர் தம்மால் செய்யக்கூடியவற்றை உன்மீது சுமத்தினால் அதைச் செய்ய மறுத்துவிடு. உன் வருமானத்தில் ஒரு பகுதியைச் சேமித்து வை. மாதம் ஒரு தடவை அதை ஏழைகளுக்கு உதவுவதற்குப் பயன்படுத்து. நீ வைத்து

நீரூற்றிய மரம் வளர்ந்து கனிகொடுக்கும்போது உனக்கு மகிழ்ச்சி ஏற்படுவதுபோல உன் உதவிபெற்று நல்லாய் வந்தவர்களை நீ காணும்போது அதில் உனக்குத் தனித்துவமான ஒரு திருப்தி இருக்கும். உதவி பெறும் ஏழைகளிடம் நன்றியை எதிர்பார்க்காதே. நன்றி காட்டினால் ஏற்றுக்கொள். 'பாத்திரம் அறிந்து பிச்சைபோடு' என்பதைக் கவனத்தில் கொள்.

8. **நன்றியாக இரு:** எப்போதும் நன்றி நிறைந்த ஆளாக இரு. கடவுளுக்கு, இயற்கைக்கு, உன் பெற்றோருக்கு, உன் உறவினர்க்கு, உன் கிராமத்திற்கு, உன் ஆசிரியர்களுக்கு, உன் குருக்களுக்கு நன்றியுள்ள ஆளாக இரு. நன்றி நிறைந்து வாழ்வது உனக்கும் மகிழ்ச்சியையே பெற்றுத் தரும். அவ்வாறே பிறர் உனக்கு நேர்மையோடு நன்றி காட்டும்போது மறுக்காது நல்ல மனத்தோடு என்றுக்கொள். ஏனெனில் நன்றி நிறைந்தவர்கள் பிறருக்குத் தம் நன்றியைக் காட்டி மகிழவே விரும்புகின்றனர்.

9. **முக்கியமானவற்றில் ஈடுபடு:** முக்கியமானவற்றிற்கு முன்னுரிமை கொடு. வாழ்வில் எது முக்கியமானது என்பதை அறிய முயற்சி. அதன் படியே உன் தீர்மானங்களை எடு, அதன் வழியிலேயே உன் வாழ்வை அமைத்துக்கொள். உன் வாழ்வில் முக்கியமான விழுமியங்கள் எவை என்று சிந்தித்து அறிந்து அதன்வழி நட. முக்கியமில்லாத விடயங்களில் ஈடுபடாதே. அதற்காக நல்ல பொழுதுபோக்குகளில், மகிழ்ச்சி தரும் விடயங்களைத் தவிர்த்துக்கொள்ளாதே.

10. **உள்வாங்கக் கற்றுக்கொள்:** பிறரிடமிருந்து நல்லவற்றை உள்வாங்கக் கற்றுக்கொள். அவர்களிடம் காணப்படும் நல்ல மனப்பாங்குகள், நல்ல பழக்கங்கள், நல்ல பேச்சு முறைகள், நல்ல உறவாடும் திறன்கள், நாகரிகமான பழக்கங்கள், கற்றல் திறன்கள், பரீட்சைத்திறன்கள், தொழில்சார் திறன்கள் போன்றவற்றை உள்வாங்கிக்கொள்.

11. **தேடிக்கொண்டேயிரு:** அறிவுத்தேடல் என்பது வாழ்வை வசந்தமாக்க வல்லது. உன் இலட்சியம், ஆளுமைப் பண்புகள், ஆன்மீகம், பொழுதுபோக்கு, கல்வி, தொழில் என்பவற்றை மேம்படுத்த வல்ல

அறிவு விடயங்களைத் தேடி ஆராய்ந்து படி. அவ்வாறே சமூகத்தை நீ மேம்படுத்த உதவவல்ல விடயங்களை அனைத்திற்கும் மேலாகத் தேடு. நூல் தேடல்கள், இன்ரனெற் தேடல்கள் மேற் குறிப்பிட்டுள்ள தேவைகள், இலக்குகளின் அடிப்படையி லேயே இடம்பெற வேண்டும். இது உன்னை வாழ்வின் வெற்றி மேடைக்கு அழைத்துச் செல்லும். 'கண்டதும் கற்கப் பண்டிதன் ஆவான்' என்பதால் குப்பைகளையும் உள்வாங்கிக் கொள்ளாதே.

> அறிவுத்தேடல் என்பது வாழ்வை வசந்தமாக்க வல்லது. உன் இலட்சியம், ஆளுமைப் பண்புகள், ஆன்மீகம், பொழுதுபோக்கு, கல்வி, தொழில் என்பவற்றை மேம்படுத்த வல்ல அறிவு விடயங்களைத் தேடி ஆராய்ந்து படி.

12. **தேர்ச்சிபெற முயல்:** நீ செய்யும் எதிலும், உன் ஆளுமைப் பண்புகளிலும் தற்போது இருப்பதைவிட இன்னும் சிறப்படைய முயற்சி செய். செய்வதைச் சிறந்த தரமானதாகச் செய் என்ற இலட்சியத்தோடு வாழ். கல்வியிலே சிறந்த ஆளாக உருவாக முயற்சி செய். செய்யும் தொழிலை இன்னும் சிறப்பாகச் செய்யும் ஆளாக மாற ஒவ்வொருநாளும் முயற்சி செய். நான் இதுவரை செய்ததைவிட வித்தியாசமாக என்னென்ன செய்தால் அதைச் சிறப்பாகவும் இலகுவாகவும் செய்யலாம் என்று சிந்தித்துச் செயற்படு. இதற்கு ஆளுமைப்பண்பு, செயற்பாடு என்பவற்றில் சிறந்தோங்கி வாழ்வோரை உதாரணமாகக் கொண்டு வாழ். மற்றவர்களில் நல்லதைக் காணும்போது அதை இன்னும் சிறப்பாக எவ்வாறு நீ செய்யலாம் என்று சிந்தித்துச் செயற்படு.

13. **பாடம் கற்றுக்கொள்:** தவறுகளிலிருந்து பாடம் கற்பது நல்ல பழக்கம். இந்த அனுபவம் எனக்கு என்ன புதிய விடயங்களைக் கற்றுத் தந்திருக்கின்றது? என் தவறு என்னைப்பற்றி, பிறரைப்பற்றி, வாழும் முறை பற்றி, முக்கிய விழுமியங்கள் பற்றி, இறைவனைப் பற்றி எனக்கு எதைக் கற்றுக்கொடுத்துள்ளது? என்ற கேள்விக்கு விடை தேடு. அப்போது உன் தவறு உன் வாழ்வின் வளர்ச்சிக்குப் படிக்கட்டாக அமையும். தவறுக்காகத் தொடர்ந்து வருந்திக்

கொண்டிருப்பது உனக்கோ பிறருக்கோ எந்த வகையிலும் நன்மை அளிக்கப்போவதில்லை.

14. **உளநலம் பேணு:** மகிழ்ந்திருக்க நேரம் செலவழி. நீ மகிழ்ந்திருந்த நேரங்களை மீள நினைத்துப்பார். மனச்சாட்சியை உறுத்தாத மகிழ்ச்சிதரும் விடயங்களில் ஈடுபடு. உன் முன்னேற்றங்கள், மகிழ்ச்சியான அனுபவங்கள், நல்ல ஆளுமை மாற்றங்களை என்பவற்றை எண்ணி மகிழ்வதற்கு நேரமெடுத்துக்கொள். இது மென்மேலும் நீ வளர்ச்சியடைய உந்து சக்தியாக அமையும்.

15. **உடல்நலம் பேணு:** ஓய்வெடுக்க நேரம் ஒதுக்கிக்கொள். ஓய்வற்ற வாழ்வு நிதானமிழந்த வாழ்வு, சரியான விழுமியங்களற்ற வாழ்வு என்பதை வெளிப்படுத்தும். ஓய்வு எடுப்பதும் நல்ல பொழுதுபோக்கில் கழிப்பதும் உன்னை மகிழ்ச்சியான ஆளாகவும் உடல்நலம் கொண்ட ஆளாகவும் பாதுகாத்துக்கொள்ளும். உடற்பயிற்சி உன்னை ஆரோக்கியமான ஆளாக வாழ்வதற்கு உதவும். சத்துணவு உன்னை மகிழ்ச்சிப்படுத்தும்.

16. **அழகாக்கி மகிழ்ந்திரு:** நீ வாழும் சூழலையும் பணிபுரியும் சூழலையும் அழகாகவும், ஒழுங்காவும், துப்புரவாகவும் பேணுவதைப் பழக்கமாக்கிக்கொள். உன் மனதிற்கு இது ரம்மியமாக அமையும். மேலும் இது உன் உளநெருக்கீடுகளைத் தவிர்ப்பதோடு, உடல், உள, உறவு நலன்களைப் பேணவும் உதவும். அவ்வாறே எடுத்தஇடத்தில் பொருட்களை வைப்பதையும் பழக்கமாக்கிக்கொள். இது உன் நேர வீணடிப்பையும், பல உறவுப் பிரச்சினைகளையும் தவிர்த்துக்கொள்ளவும் பெரிதும் உதவவல்லது.

17. **நேரத்தை மதி:** நேரத்தைப் பொன்னாகக் கருதுபவர்களே வாழ்வில் வெற்றியடைகின்றனர் என்பதே உண்மை. உனது நேரத்தையும் பிறர் நேரத்தையும் மதித்து நட. எனவே பிறரின் நேரத்தை வீணடிக்காதே. பிறர் உன் நேரத்தை வீணடிக்கவும் அனுமதிக்காதே. குறிப்பிட்ட நேரத்திற்கு ஒருவரைச் சந்திப்பதாக இருந்தால் அதற்கு முன்னதாகச் சென்றுவிடு. உன்னால் செல்ல முடியாவிட்டால் உடனே அறிவித்துவிடு. இதனால் அவர்கள் அந்நேரத்தை காத்திருப்பதில்

கழிக்காமல் வேறு ஆட்களுக்கு உதவமுடியும். முக்கிய நிகழ்வுகளுக்கு நேரத்தோடு சமூகமாயிரு. பயணம்செய்யும் நேரங்கள், காத்திருக்கும் நேரங்களை வாசிப்பதற்கு, திட்டமிடுவதற்குப் பயன்படுத்திக்கொள். தொலைபேசி அரட்டைகளில், உயர்ந்த விழுமியங்களைக் கொண்டிராத திரைப்படங்கள், தொலைக்காட்சி நிகழ்ச்சிகளில் பொன்னான நேரத்தை வீணாக்காதே.

18. **திட்டமிட்டுச் செயற்படு:** உன் இலட்சியம் தெளிவாக இருந்தால் திட்டமிட்டுச் செயற்படுவது சுலபமாக இருக்கும். திட்டமிடாவிடில் காலையில் எழுந்து 'இன்று என்ன செய்வது?' என்று கேட்டு மண்டையைக் குழப்புவதிலேயே பொன்னான நேரம் வீணாகிவிடும். திட்டமிட்டுச் செயற்படுவதைப் பழக்கமாக்கிக்கொள். திட்டமிடுவதற்கென்று சிறு தாள்களை அல்லது டயறியை உன்னோடு வைத்துக்கொள். ஒவ்வொரு நாளும் இரவில் நாளை செய்யவேண்டியவற்றைத் திட்டமிடு. மிக அவசியமானவை எவை? அவசியமானவை எவை? அவசியமற்றவை எவை? என்ற ரீதியில் வகுத்தத் திட்டமிடு. எவற்றை நானே செய்யலாம், எவற்றை பிறரின் உதவியோடு செய்யலாம் என்பதையும் திட்டமிடு. நீ மனத்திலேயே அல்லது எழுதியோ திட்டமிடும்போது, உனக்குகள் மறைந்திருக்கும் அறியா நிலை மனமானது அதைச் செய்ய வேண்டிய நேரம் வரும்போது அதுபற்றி உனக்கு நினைவூட்டும்.

19. **வரவுக்குள் வாழ்:** வரவுக்குள்ளே செலவுசெய்யக் கற்றுக்கொள். அவசியமின்றிக் கடன் வாங்கிப் பழகாதே. உன் உயர்ந்த கொள்கையின் படி வாழ். ஆடம்பரச் செலவுகள் செய்வது உன்னைக் கடனாளியாக மாற்றும், அவமானத்தையே சம்பாதித்துத் தரும். உன் கொள்கையின்படி வாழ்.

மற்றவர்களைப் போல வாழ முயன்று வாழ்வை அழித்துக் கொண்டவர்களின் வாழ்வைப் பார்த்துப் பாடம் கற்றுக்கொள்.

வரவுக்குள்ளே செலவு செய்யக் கற்றுக்கொள். அவசியமின்றிக் கடன் வாங்கிப் பழகாதே.

20. சேமிக்கக் கற்றுக்கொள்: சேமிப்பதைப் பழக்கமாக்கிக்கொள். இதனால் வீண் செலவுசெய்வதைக் கட்டுப்படுத்த முடியும். சிறுதுளி பெருவெள்ளமென அது அவசர தேவையில் கைகொடுக்கும். பணஆசையின் உந்துதலால் சேமிக்க முயலாதே. அது உனக்கு மகிழ்ச்சியைத் தராதே. தொலைபேசி, மின்சாரம், நீர் போன்றவற்றை புத்திசாலித்தனமாகப் பயன்படுத்து. அத்தோடு தேவையற்றவற்றைக் கழித்துவிடு. தேவையற்ற புத்தகங்கள், ஆடைகள், மற்றும் ஏனைய பொருட்கள் என்பன உனக்கு என்றோ ஒரு நாள் தேவைப்படும் என்று கருதிச் சேர்த்து வைப்பது உன் நேரத்தை வீணடிக்க வழியமைக்கும். உனக்கு அவசியமற்றவற்றைத் அவை தேவைப்படுவோருக்குக் கொடு. எவருக்கும் உதவாததை குப்பைத் தொட்டியில் எறிந்து விடு. தேவையற்றவற்றைச் சேமித்து வைப்பது உன் இடத்தையும் நேரத்தையும் வீணாக்கும்.

****

உறவு

இயற்கை அன்னை
பெற்றெடுத்த
அரும் கொடை, இவ்வுலகம் அதில்
அன்பென்ற மூன்றெழுத்துடன்
ஒன்று சேர்ந்து
உறவு என்னும் பந்தம்
பிறக்கின்றது

அன்பால் உறவு
நிலைக்கிறது
பணத்தால் உறவு
பிரிகின்றது

வேற்றுமையை உறவில்
தவிர்த்து விடு
ஒற்றுமையை உறவில்
வளர்த்து விடு

வாசம் தேடிவரும் தென்றல்
மலர்களை எதிர்பார்த்திருக்கும்
பாசம் தேடிவரும் உயிர்கள்
உறவை எதிர்பார்த்திருக்கும்

உண்மை உறவு பெருகின்றது
பொய்மை உறவு பிரிகின்றது.

T.ஜனார்த்தனா
A/L கலைப்பிரிவு
R.K.M.M.Vidyalaya

உங்கள் வாழ்வின் அடையாளம் என்ன?

சமூக மாற்றத்தின் முதற்படி தனிமனித மாற்றத்தின் வெளிப்பாடுகளே. ஒவ்வொரு மனிதனும் தனித்துவமானவன் அதில் எனது தனித்துவம் என்ன? என்னை அறிமுகப்படுத்துவதில் என்னுள் உள்ள திறமைகள், ஆற்றல்கள், தொடர்பாடல்கள், சூழமைவுகளைக் கொண்டு எனது பெயர்முகவரி, எனது ஆற்றல் திறன் என்பவற்றை வெளிப்படுத்துவதில் என்னை அடையாளப்படுத்துகிறேனா? அன்றி என்னை சுட்டி அவர் வாழும் சூழலில் நாம் வாழ்கிறோம் என மற்றவர்கள் கூறும் அளவிற்கு எனது செயலில் அமைந்துள்ளதா? இவை எமது வாழ்க்கை பற்றி சிந்தனை ஊட்டதரும் செய்திகளே.

******

ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் கிடைத்த அரிய சந்தர்ப்பம் வாழ்வை அனுபவிப்பது, வாழ்வை பதிவாக்குவது வாழ்வை தன்மட்டிலும் பிறர்மட்டிலும் அக்கறையோடு வெளிப்படுத்துவது ஆகும். இந்த நிலையில் என்னால் என்ன செய்ய முடியும்? நான் என்னையே பார்க்க முடியாத போது பிறர் பற்றி எப்படி எண்ணுவது? நான் லாயக்கற்றவன் என்ற வார்த்தை வரிகளை கூறுவோர் தாழ்வு மன சிக்கலில் மூழ்கிவிடுகிறார்கள், தன்னை மட்டுமல்ல, தன்குடும்பம், சமூகச் சூழலிலும் நம்பிக்கை அற்றவராக ஒதுங்கி வாழ எண்ணிக்கொள்கிறார்கள். இவை தன்னை அறியாது கூறும் வார்த்தைகளாக கொள்ளமுடியும்.

> ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் கிடைத்த அரிய சந்தர்ப்பம் வாழ்வை அனுபவிப்பது. வாழ்வை பதிவாக்குவது வாழ்வை தன்மட்டிலும் பிறர்மட்டிலும் அக்கறையோடு வெளிப்படுத்துவது ஆகும்.

இப்படிப்பட்டவர்கள் சூழவுள்ள பகுதியில் சகல பூரணமான வாழ்வை வாழ்கிறேன், எனக்கு என்று ஒரு அடையாளம் உண்டு, என் திறன் ஆற்றல்கள் பலராலும் பாராட்டப்படுகிறது, என்னால் என் குடும்பத்திற்கும் சமூகத்திற்கும் நான் தொழில் புரியும் இடத்துக்கும் பெருமையே உண்டு என தன்நம்பிக்கையுடன் தன் அடையாளத்தை வெளிப்படுத்துவோரும் உண்டு அல்லவா?

இன்றைய உலகில் எதிர்நீச்சலுடன் வாழ்வதே வாழ்க்கை ஆகிவிட்டது. அசாதாரணங்களே சாதாரணங்களாக உண்மைகள் ஊமையாகியதால் விரக்தியும், வேதனைகளும், பொய்மைகளும், போலித்தனங்களும் தலைவிரித்தாடுவதாக சொல்லிக்கொண்டாலும் இதற்குள் தம்வாழ்வை தனித்துவத்தை பதிவாக்கி தனக்கும் தான்வாழும் சூழலிலும் மாற்றத்தை ஏற்படுத்த விழையும் தன்நம்பிக்கை ஊட்டுவோரும் இருக்கவே செய்கிறார்கள். அது ஏன் நீங்களாக இருக்க கூடாது. அதை உணர தவறிவிடுவதால்தான் எம்மால் எதுவும் செய்யமுடியாது என வார்த்தைகள் புலம்பலாகிவிடுகிறது.

எமது வாழ்வுபற்றி சிந்தியுங்கள் வாழ்வில் இளமை, முதுமை, எமக்கு கிடைத்த ஓர் சந்தர்ப்பங்களாகும். உளம்சார்ந்த மன வலிமை, தன்னம்பிக்கையுடனான முன்னெடுப்புக்களே சிறந்த சமூகமாற்றத்தை தரவல்லது. உங்களை நம்பியே எதிர்கால சந்ததிகளான சிறுவர்கள் உள்ளனர். உங்கள் வீட்டிலும், சூழலிலும் அவர்கள் மாற்றத்துக்கு உங்கள் ஒவ்வொரு வார்த்தைகளும், செயல்களும், அசைவுகளுமே கற்றுக்கொடுக்கின்றன. என்பதனை மறந்து விடாதீர்கள். இதைவிட நீங்கள் வாழ்ந்த காலத்தை பதிவாக்க, அடையாளமாக்க கிடைத்த சந்தர்ப்பங்களும் இதுவே.

இவை அனைத்தையும் செய்வதில் முக்கிய மூலதனம் தன்நம்பிக்கையுடனான முயற்சிகளே இதனை இன்றும் சிறுகவாவது நீங்கள் செய்து தான் வருவீர்கள் அதனை இனம் காணுங்கள் வளர்த்து கொள்ள கிடைத்த சந்தர்ப்பமே இவை என எண்ணுங்கள்.
உங்கள் வாழ்வின் அடையாளம் எவை?
உங்கள் வாழ்வை பதிவாக்க எண்ணும் தூரநோக்கு எவை?
உங்கள் செயல்களில் இன்று எவை முதன்மை உடையது?
அதற்கான இன்றைய முயற்சிகள் எவை?

இவற்றை அடிக்கடி உங்களிடம் நீங்களே கேள்விகளாக்குங்கள் விடைகளை திட்டமிடுங்கள் செயல்களை மதிப்பிடுங்கள் எவை இனம் காணப்படுகிறதோ அதுவே உங்கள் அடையாளமாகும்.

ஒரு இளைஞன் தான் பெற்ற கல்வியை பிறருக்கு பகிரும் சந்தர்ப்பம் பிறர் வாழ்விற்கு விதையாகிறது.

தனது தொழில் விருத்தியால் பிறருக்கும் பயிற்றுவிப்பது தொழில் பயிற்சி கொடுப்பது பிற குடும்பத்திலும் ஒளி ஏற்றப்படுகிறது. தான் வாழும் சூழலில் சனசமூக நிலையம், மாதர் சங்கம், ஆன்மீக பயிற்சியில் ஈடுபட்டு சமூக மாற்றத்துக்கான முயற்சியில் ஈடுபடுவது சமூகசீரின்மை போக்க கிடைத்த சந்தர்ப்பங்களாகும்.

இவை நெருக்கீட்டிற்குள் வாழும் சமூகத்தையும் வழிகாட்டும் உங்கள் உளவளர்ச்சியிலும் ஆரோக்கிய சமூக மனித வாய்ப்பாக அமையும். இது போலவே எம்முன்னோரும் வாழ்ந்துகாட்டினார்கள். வறட்சியான தேசத்தை மாற்ற தன் கனவை நனவாக்கியதால் 'கனகராசா' என்ற பெரும் மனிதர் இறப்பிலும் வாழும் நினைவுகள் வீதிகள் தோறும் மரநடுகை செய்து மனங்களில் நினைவு கூறப்படுகிறார். இதுபோல் பல கல்விமான்கள் கலைஞர்கள், தொழில் அதிபர்கள் சமூக, சமய அரசியல் நல்ல தலைவர்கள் இன்றும் மனங்களில் ஓர் அடையாளமாக வாழ்கிறார்கள் இவர்களை முன் உதாரணமாக்கி உங்கள் அடையாளமாக எவை எதனை பதிவாக்கி உள்ளீர்கள், சிறுகசிறுக செயலில் மனசாட்சியுடன் மாற்றத்தின் அடையாளமாக மாற மாற்ற உங்களால் முடியும் அல்லவா?

செ.யோசப் பாலா

உளசமூகச் சீராளன்

தாயின் அன்பு

அழகான மனை இருந்தும்
மகிழ்வான இடமிருந்தும்
சீரற்ற உறவுகளிலிருந்தும்
பசியாற உணவிருந்தும்
தாலாட்ட தாயில்லையே
காலங்கள் கலங்கலாம்
உணர்வுகள் மறக்கலாம்
உண்மையானதாய் பாசத்தை அழிக்க முடியுமா?

நாகராசா விதுபனா

தரம் 9

லங்கா மாதா மடம், அச்சுவேலி

உள ஆற்றுப்படுத்தல் Counselling

உளவியல் துறையில் ஓர் பிரிவாக உள ஆற்றுப்படுத்தல் காணப்படுகின்றது. உளவியலின் அனைத்து துறைகளிலும் ஒருவர் சிறப்புற்று விளங்க முடியாத வகையில் உளவியல் துறையானது குழந்தை உளவியல், கல்வி நிறுவன உளவியல் என எண்ணற்ற பிரிவுகளாக விரிந்து வருகின்றது. அதே போன்று உள ஆற்றுப்படுத்தலானதும் குடும்ப ஆற்றுப்படுத்தல்

குழு ஆற்றுப்படுத்தல்
திருமணத்துக்கு முன்னரான ஆற்றுப்படுத்தல்
திருமண வாழ்க்கை ஆற்றுப்படுத்தல்
கல்வி ஆற்றுப்படுத்தல்
தொழில் ஆற்றுப்படுத்தல்
பாலியல் ஆற்றுப்படுத்தல்

என உலக மாற்றங்களுக்கு ஏற்ப எண்ணற்ற உபபிரிவுகளாக விரிந்து வருகின்றது. உளவியல் துறையில் இருந்து பிரிந்து தனிப்பெரும் துறையாக இயங்க கூடிய அளவுக்கு உள ஆற்றுப்படுத்தல் துறை மிக பரந்த பரப்புக்களை உள்ளடக்கி இருப்பதுடன் இயங்கியல் தன்மை வாய்ந்த துறையாகவும் காணப்படுகின்றது.

உள ஆற்றுப்படுத்தலானது வழிகாட்டல், உளவளத்துணை, உளவள ஆலோசனை, உளநல உதவி, ஆற்றுப்படுத்தல், சீர்த்தியப்படுத்தல், ஆற்றுப்படுத்தல் வழிகாட்டி, ஆற்றுப்பணி என பல்வேறு பெயர் கொண்டு அழைக்கப்படுகிறது. இதே போன்று உள ஆற்றுப்படுத்தல் என்பதற்கு பல்வேறு வரைவிலக்கணங்கள் காணப்படினும் அமெரிக்க உளநலச் சங்கத்தின் வரைவிலக்கணத்தை நாம் பொதுவாக எடுத்துக் கொள்ளலாம். அதாவது “ஒருவர் தனது உளவளங்களின் முழுமையான விருத்தியை நோக்கிச் செல்கின்ற பயணத்தில், தான் எதிர்கொள்கின்ற தடைகளை வெற்றிகொள்ள அவருக்கு அளிக்கும் தொடர் செயற்பாட்டு உதவியே உளவளத்துணை” ஆகும். carl R.Rogers இன் வரைவிலக்கணப்படி உள ஆற்றுப்படுத்தல் என்பது “ஒருவருக்கு அவரைப்பற்றிய சுய விளக்கத்தை ஏற்படுத்தி, அதனடிப்படையில் அவர் எதிர்நோக்கும் பிரச்சனைகளை அவரே தீர்த்துக் கொள்ளுமாறு வழங்கப்படும் உதவி” ஆகும்.

புராதன காலந்தொட்டு உள ஆற்றுப்படுத்தல் என்பது பல்வேறு பரிமாணங்களைப் பெற்று வந்துள்ளது. ஆரம்ப காலங்களில் பெற்றோர்கள், ஆசிரியர்கள், மத தலைவர்கள், பெரியவர்கள், வழக்கறிஞர்கள் மக்களுக்கு பிரச்சனைகளுக்கான தீர்வுகளையும் புத்திமதிகளையும் சட்டதிட்டங்களையும் ஆலோசனையாக வழங்கி வருதல் வழக்கமாக இருந்தது. இவை முறைசாரா ஆற்றுப்படுத்தல் என அழைக்கப்படுகிறது. எனினும் காலப்போக்கில் மக்கள் தொகை அதிகரிப்புக்கு ஏற்ப பிரச்சனைகளும் அதிகரித்ததால் அவற்றை சமாளிக்க முறைசார் உள ஆற்றுப்படுத்துனர்களின் தேவை எழுந்தது. இதனால் உருவாகிய தனிப்பெரும் துறையே Counselling Psychology ஆகும்.

இங்கு உளநல ஆலோசனை வழங்குபவர் "உள ஆற்றுப்படுத்துனர்" எனவும் , உதவி தேடி வருபவர் "துணை நாடுனர்" எனவும் அழைக்கப்படுகின்றனர். ஒருவர் பிரச்சனையான சூழ்நிலையுடன் வருகின்றனர் எனின் அவரிடம் பிரச்சனை தீர்க்கும் திறன் இல்லை என சொல்ல முடியாது. அவரிடம் பாவிக்கப்படாத வளங்களும், தவறவிடப்பட்ட சந்தர்ப்பங்களுமே இருக்கிறது. உள ஆற்றுப்படுத்துனர் அவற்றை இனம்கண்டு துணைநாடிக்கு அவற்றை புரிய வைத்து அவரே அவரது பிரச்சனைக்கு தீர்வு காண உதவுகின்றனர்.

பின்வரும் காரணங்களால் உள ஆற்றுப்படுத்தல் இன்று மக்கள் மத்தியில் தேவையான ஒரு துறையாக மாற்றமுற்று வருகின்றது.

* குடும்ப அமைப்பு பலவீனமடைந்து வருதல்.
* உறவாடல் பிரச்சனைகள் அதிகரித்தல்.
* சமூக கலாசார மாற்றங்கள்.
* அறநெறி, மனித விழுமியங்களின் செல்வாக்கு அருகி வருதல்.
* உள்ளூர் யுத்தம், இடப்பெயர்வுகள், இயற்கை அனர்த்தங்கள்.
* கற்கை நெறிசார்பான தேவைகள்.
* தொழில் தெரிவு
* நோய்களின் அதிகரிப்பு

உள ஆற்றுப்படுத்தலின் வெற்றிக்கு துணை நாடுனரது பங்களிப்பு மிக அவசியமானது. துணைநாடி தனக்குள்ள பிரச்சனையை உணர்ந்து, அவ் பிரச்சனையை தீர்க்க வேண்டும் என்ற மனமாற்றத்துடன் உள ஆற்றுப்படுத்துனரை நாடும் போது பிரச்சனை தீர்த்தல் எளிதாகின்றது. துணைநாடுனரது அர்ப்பணிப்பு, உழைப்பு என்பன இங்கு அவசிய மாகின்றது.

தொழில்சார் உளவளத்துணையினுள் பிரதான மூன்று கட்டங்கள் காணப்படுகின்றது.

* பயிற்சி செய்தல்
* ஆராய்ச்சி நடவடிக்கைகளில் ஈடுபடுதல்.
* கற்பித்தல்.

பயிற்சி செய்தல் என்பது உள ஆற்றுப்படுத்துனர் ஒருவர் துணைநாடுனருடன் உளவளத்துணையில் ஈடுபடல் ஆகும். இதற்காக விசேடமாக உளவளத்துணை நிலையங்கள் அமைக்கப்பட்டுள்ளன. வெளிநாடுகளில் என்றால் மருத்துவசாலைகள், தொழிற்சாலைகள், பாடசாலைகள், பல்கலைக்கழகங்கள் போன்ற எல்லா நிறுவனங்களிலும் அனுபவம் வாய்ந்த உள ஆற்றுப்படுத்துனர் ஒருவரோ பலரோ நியமிக்கப் பட்டு தொழில்கள் உள ஆற்றுப்படுத்தல் பயிற்சிகள் வழங்கப்படுகிறது. எனது பார்வையில் எமது நாட்டை பொறுத்தவரை Diploma in Counselling Psychology ஐ முடித்து விட்டு உள ஆற்றுப்படுத்தல் தொழிலில் ஈடுபடுதல் தவறு. இவ்வாறு படித்து முடித்தவர்கள் குறைந்தது 3 வருடம் அனுபவம் மிக்க உள ஆற்றுப்படுத்துனர் ஒருவரிடம் உதவியாளராக இருந்து பயிற்சி பெறுதல் கட்டாயம் என்பதை சட்டமாக்கப்படல் நன்று.

ஆராய்ச்சி ரீதியான உள ஆற்றுப்படுத்தல் என்பது உளவளத்துணை சம்மந்தப்பட்ட பல்வேறு ஆராய்ச்சிகள் செய்து, அதன் மூலம் கிடைக்கும் பெறுபேற்றை உள ஆற்றுப்படுத்தல் தொழில் துறைக்கு சேர்த்தல் ஆகும்.

உளவளத்துணையை விசேடமாக கற்பிக்கும் சிலர் இருக்கின்றனர். பல்கலைக்கழகங்கள், நிறுவனங்கள் மூலம் உள ஆற்றுப்படுத்தல் பாடங்கள் போதிக்கப்பட்டு சான்றிதழ்கள், டிப்ளோமா பட்டங்கள், பட்டபின் படிப்பு சான்றிதழ்கள் போன்றன வழங்கப்படுகிறது. இதற்கு ஓர் எடுத்துக்காட்டு எமது அகவொளி குடும்பவள ஆற்றுப்படுத்தல் நிலையம் ஆகும்.

உசாத்துணை நூல்கள்

1 அருட்தந்தை இராசேந்திரம் ஸ்ரலின் (2012) ஆளுமை மலர உள ஆற்றுப்படுத்தல் அகவொளி குடும்பவள ஆற்றுப்படுத்தல் நிலைய வெளியீடு

2 ரிட்லி ஜயசிங்க (2010) - உளவியல்சார் உளவளத்துணை அணுகுமுறை குமரன் புத்தக இல்ல வெளியீடு

3 கலாநிதி விமலா கிருஷ்ணபிள்ளை (2003) வழிகாட்டலும் ஆலோசனைகளும் கே.எல்.யு.கிராபிக்ஸ் வெளியீடு

K.Rajeevan
Psychology Special Student
University of Jaffna
Final Year

அவள் கண்ட நட்பு......... (சிறுகதை)

இயற்கையான தென்றலின் இதமும் பல வண்ணச்சோலைகளிலும் எழிலும் கள்ளங்கபடமற்ற மாணவர்களின் கலகல என்ற சிரிப்புச்சத்தமும் ஒலிக்கின்ற கல்லூரி அது. இது தோட்டப்பயிர்ச்செய்கை எங்கும் புடைசூழ காணப்படும் கற்பகபுர கிராமத்தின் மத்தியில் காணப்படும் பிரபல கல்லூரி ஆகும் இக்கல்லூரியில் 1500ற்கு மேற்பட்ட இருபாலாரும் தமது கல்வியை மேற்கொள்கின்றனர்.

இக்கல்லூரியில் A/L கல்வியை கற்கும் வந்தனா மெற்றில்டா, அர்ச்சனா மயூரி ஆகியோர் இணைபிரியா நண்பிகளாக இருந்தனர். வந்தனாவும் மெற்றில்டாவும் ஒருவருக்கொருவர் விட்டுக்கொடுத்து தமது இன்ப துன்பங்களை பகிர்ந்து கொண்டனர். இவ்வாறே அர்ச்சனாவும் மயூரியும் தமது நட்பை தொடர்ந்தனர் இதில் வந்தனா அமைதியானவள் ஆனால் திடீரென்று வரும் முன்கோபம் அவளை தாண்டவம் ஆடச்செய்துவிடும். பல சமயங்களில் மெற்றில்டாவுடன் கருத்து மோதல்களும் ஏற்படும். மெற்றில்டா தன்னிடம் தவறு இல்லாதபோதும் பொறுமையாக இருந்து தனது உண்மையான நட்பை காத்து வந்தாள். மற்றைய நண்பிகளாக அர்ச்சனாவும் மயூரியும் இனிதே தமது நட்பை தொடர்ந்தனர். இவ்வாறு வந்தனா மெற்றில்டாவின் நட்பு இதமான தென்றலைப்போல கல்லூரியில் தொடர்ந்து சென்றது.

அந்த A/L வகுப்பில் பெரும்பாலும் பாடங்கள் நடைபெறாது. ஆகையால் மாணவர்கள் எந்நேரமும் கலகல என்று அரட்டை அடித்துக்கொண்டே இருப்பார்கள் பார்ப்பதற்கு மிகவும் ஒற்றுமையான வகுப்பாக அக்கல்லூரியிலே இவ்வகுப்பை குறிப்பிடலாம். சில சமயங்களில் கல்லூரி மேடம் அவர்களின் அரட்டையை கண்டு மைதானத்திலே பனிஸ்மென்ட்லையும் நின்ற வரலாறும் உண்டு. ஆனால் "எருமை மாட்டின் மேல் மழை பெய்தது போல" அவர்களின் குறும்புத்தனங்களுக்கு எல்லையே இல்லை.

இவ்வாறு இவர்களின் அரட்டைகள் இனிமையான நாட்களாக உருண்டோடியது. வந்தனாவிற்கு அர்ச்சனாவை பிடிக்கவே பிடிக்காது. அர்ச்சனா அருகில் வந்தால் நெருப்பு தன்னை அவர்களின் நண்பிகளான

மெற்றில்டாவிற்கும் மயூரிக்கும் எந்நாளும் கவலையே தந்தன. இந்தப் பகைக்கு முன்னொரு கால கதையுண்டு.

ஆரம்பத்தில் வந்தனாவும் அர்ச்சனாவும் சுமுகமாக நட்பை தொடர்ந்தனர். எந்தவித கருத்து வேறுபாடும் ஏற்படவேயில்லை. ஒரு சமயம் அர்ச்சனாவிற்கு வந்தனா கூறாத ஒரு விடயத்தை அர்ச்சனா கூறியதாக கல்லூரி மாணவர்களுக்கு கூறினாள். இதனால் ஆத்திரமடைந்த வந்தனா அர்ச்சனாவோடு வாக்குவாதத்தை மேற்கொண்டாள் அது கொழுந்து விட்டு எரிய ஆரம்பித்தது இறுதியில் இருவரும் பிரிவுப்பாதையை நோக்கிச்சென்றனர். இது நடந்தது ஏழு மாதங்களுக்கு முன்பாகும். இன்னமும் அர்ச்சனா மேல் கொண்ட கோபத்தணல் வந்தனாவிற்கு அணையவேயில்லை

இவ்வாறு அவள் பகைமையோடு தனது கல்லூரி நாட்களை கழித்து வந்தாள். பின்பு பல மாதங்கள் கடந்து விட்டதால் அர்ச்சனாவிற்கு வந்தனாவின் மேலிருந்த கோபம் மெதுவாக தனியத்தொடங்கியது. வந்தனா மேல் விருப்பம் கொண்டவளாக அவளுடன் நட்புறவை ஏற்படுத்த ஆயத்தமானாள் அர்ச்சனா. அதே சமயம் தனது நட்பை காத்துக்கொள்ள வேண்டுமென்று வந்தனாவும் அர்ச்சனா மேல் விருப்புக்கொண்டும் விருப்பம் இல்லாதவளாக சக மாணவர்களுக்கு முன்னால் நடித்தாள். அதைக்கூட உணராதவளாய் மெற்றில்டா அப்பாவியாக கண்மூடித்தனமான அன்பை வந்தனா மீது கொட்டித்தீர்த்தாள்.

அன்றைய நாள் அந்த நான்கு நண்பிகளுக்குமிடையில் மிக மறக்க முடியாத நாளாய் அமைந்தது. ஏனென்றால் அர்ச்சனாவோடு அபிதா என்ற சக மாணவி பிரச்சனைசெய்து அர்ச்சனாவை கல்லூரி மாணவர்கள் முன்னிலையில் அவமானப்படுத்தினாள். அனைத்தையும் பொறுத்துக் கொண்டு வகுப்பை விட்டு வெளியேறி கல்லூரி பூங்காவில் அமைந்துள்ள ஆசனத்தில் இருந்து கண்ணீர் விட்டு கதறி அழுதாள். அர்ச்சனாவிற்கு துணையாக மயூரியே அருகிலிருந்தாள். அந்த பூங்கா வழியாலே விடயமேதும் அறியாத வந்தனா வந்தாள். திடீரென்று எதேர்ச்சியாக அவளுடைய கண்கள் பூங்காவை திசைகாட்டின. அங்கு அர்ச்சனாவின் கண்கள் கண்ணீரோடு வந்தனாவை நோக்கின. இருவிழிகளும்

சங்கமமாகின. மனதிலே கவலை வந்தாலும் வெளிக்காட்டாமல் சிலை ரூபத்தில் நின்றாள் வந்தனா.

தக்க சமயம் கிடைத்ததென்று மயூரி வந்தனாவின் மனதை உருக்கும் படியாக அர்ச்சனாவின் நிலையை எடுத்துக்கூறினாள். என்ன அதிசயமோ நின்ற இடத்தை விட்டு வேகமாக வந்தனாவின் பாதங்கள் அர்ச்சனா இருக்கும் திசையை நோக்கிச்சென்றன. அர்ச்சனாவைநோக்கி எதுவும் பேசாமல் கட்டியணைத்து தழுவிக்கொண்டாள். அதனால் ஆச்சர்யமடைந்த அர்ச்சனா இன்னமும் சற்று அழத்தொடங்கினாள். பின்பு ஒருவாறு இருவரும் சமாதானமாகிக்கொண்டனர். இதை பார்த்த மயூரிக்கும் மெற்றில்டாவிற்கும் எல்லையில்லா மகிழ்ச்சி ஏற்பட்டது. இந்த விடயம் கல்லூரி எங்கும் பரவியது.

சில நாட்கள் கழிந்தன. வந்தனாவின் மனம் மெற்றில்டாவை விடுத்து அர்ச்சனாவை தேடியது அதேபோல் அர்ச்சனா மயூரியை விடுத்து வந்தனாவை தன் நண்பியாக்கொண்டாள். இருவரும் உயிர் நண்பிகளாயினர். இதைக்கேள்வியுற்ற வந்தனாவின் நண்பி மெற்றில்டாவிற்கு மனம் துடித்தது. உள்ளம் பாதியில் திசைமாறியது என்று தனக்குள்ளே புலம்பினாள். வெளியே சொல்லமுடியாத அளவிற்கு அவளின் கவலைகள் மேலோங்கின. இதே நிலைமையில் தான் மயூரியும் காணப்பட்டாள். தாங்கள் செய்த நம்பிக்கை துரோகத்தை உணர முடியாத நிலையில் அவர்களின் நிலை காணப்பட்டது. அர்ச்சனாவிற்காக வந்தனா தன்னையே தியாகம் செய்தாள். இவ்வாறு இவர்களின் இனிமையான நட்பு கல்லூரியை வலம் வந்தது.

இவ்வாறு 03 மாதங்கள் உருண்டன. அர்ச்சனா மெல்ல மெல்ல வந்தனாவுடன் பழகுவதை விடுத்து மயூரியுடன் தனது பழைய நட்பை தொடர்ந்தாள். அர்ச்சனாவும் மயூரியும் மீண்டும் பழைய நண்பிகளாயினர். அவளை விட்டு விலகிய அர்ச்சனாவினால் அவளுக்கு ஒவ்வொரு நாளும் துன்பம்தான். வேதனையால் வாடினாள். எவ்வாறு இருந்தாலும் ஒருநாள் தனது உண்மையான நட்பையும் பாசத்தையும் உணர்ந்து அர்ச்சனா வருவாள் என்று ஏக்கத்துடன் காத்திருந்தாள். ஒரு சில மாதங்கள் பிரம்மை பிடித்தாற் போல கிடந்தாள். வந்தனாவின் பரிதாப நிலையை கண்ட சக மாணவிகள் அவளுடைய நிலையை உணர்த்தினார்கள் "நீ கண்ட

நட்பிற்கு உயிர்கொடுத்தவள் மெற்றில்டா. அவளை விட சிறந்த நண்பி உனக்கு கிடைக்கவே மாட்டார்கள். உனது வாழ்க்கைப் பாதையில் திடீரென்று கடந்து போனவள் தான் அர்ச்சனா. அர்ச்சனா உனக்கேற்றவள் இல்லை. உனக்கென்று இவ்வுலகில் நட்புக்காய் பூத்த பூ மெற்றில்டா என்று அவளின் துன்பப்பிணியில் இருந்து மீட்க அவர்கள் போராடினர். தன்னிலையை உணர்த்த வந்தனாவிற்கு தன் மீது உயிரே வைத்திருந்த மெற்றில்டாவின் நிலை புரிந்தது மீண்டும் மெற்றில்டாவுடனே நட்பைத்தொடர ஏங்கினாள். தான் செய்த தவறினாள் தயங்கினாள். வந்தனாவின் தயக்க நிலையறிந்த மாணவிகள் மெற்றில்டாவிடம் சென்று வந்தனாவின் நிலையை புரிய வைத்தனர் மெற்றில்டா தானாகவே சம்மதித்து வந்தனாவை தனது பழைய நண்பியாக்கி அவள் கண்ட நட்பிற்கு உயிர்கொடுத்தாள். வந்தனா தான் செய்த தவறை எண்ணி மெற்றில்டாவிடம் மன்னிப்பு கேட்டாள். மெற்றில்டாவும் மனம்மார மன்னித்தாள். இவர்கள் இருவரும் சேர்ந்ததையிட்டு கல்லூரி மாணவர்கள் மிகவும் மகிழ்ச்சி கொண்டனர். வந்தனாவும் மெற்றில்டாவும் மீண்டும் சேர்ந்த நாள் சர்வதேச நட்பு தினம். உண்மையான நட்பு என்றும் தோல்வியை அடையாது.

ப.ஆன்.யஸ்ரினா
(A / L)
லங்கா மாதா மடம் அச்சுவேலி

உலகப் பழமொழிகள்

அமெரிக்கா

01. தங்கத்திற்குச் சோதனை நெருப்பு. பெண்ணுக்குச் சோதனை தங்கம். மனிதனுக்குச் சோதனை பெண்.
02. சொந்த நாற்காலியில்தான் ஒருவன் சுகமாய் உட்காரலாம்.
03. இரவு உணவைக் குறைத்தால் ஆயுள் நீடிக்கும்.
04. உங்களுக்காகப் பொய் சொல்பவன், உங்களுக்கு எதிராகவும் பொய் சொல்வான்.
05. தேவையற்றதை வாங்காதே! தேவையானதை விற்காதே!
06. அளவான சாப்பாடு : ஆயுள் நீடிப்பு.
07. அன்பு வீணாகப் போயிற்று என்று சொல்ல வேண்டாம்: அன்பு வீணானதேயில்லை.

வாழ்க்கைக்குப் பயன்தரக்கூடிய ஆன்மீக குறிப்புகள்

திரு. க. பாலசுப்பிரமணியம்
ஓய்வுபெற்ற ஆசிரியர்
MA.BA.Dip in Edu

கடவுள்

"அரிது அரிது மானிடராதல் அரிது" என்பார் ஔவையார். ஆறு அறிவு பெற்றவர்கள் நாங்கள். இது பாக்கியம். எனவே இப்பிறவியை நன்கு பயன்படுத்திக் கொள்ளுதல் வேண்டும்.

நாங்கள் இந்துசமயத்தவர்கள். ஆறு பிரிவுகள் கொண்ட அம்மதத்தில் நாங்கள் சிவனை முழுமுதற்கடவுளாகக் கொண்ட சைவசமயத்தவர்கள்.

நாங்கள் இறைவன் உள்ளான் என்று விசுவசிக்கிறோம். "அங்கு இங்கு எனாதபடி எங்கும் பிரகாசமாய் ஆனந்த பூர்த்தியாகி அருளொடு நிறைந்த" அப்பரம்பொருளை பல்வேறு உருவங்களிலும் பல்வேறு நாமங்களிலும் வழிபடுகின்றோம். "ஒரு நாமம் ஓர் உருவம் இல்லார்க்கு ஆயிரம் திருநாமம் பாடுவோம்." "எம்மதமும் சம்மதம்" என்று ஓர் இந்து கொள்வான்.

எல்லா மதங்களும் பரம்பொருளின் வரப்பிரசாதம் என கருதுவோம். "குளத்தை பல படிக்கட்டுகளாலும் அடைவது போல இறைவனை எம் மார்க்கத்தினாலும் அடையலாம்" என்பர் இராமகிருஷ்ணர்.

பரம்பொருள் "விறகில் தீயினன் பாலில் படுநெய் போல மறைய நின்றுளான்" பிறவியின் நோக்கம் பிறவியின் நோக்கம் இறைவனை அடைதல். இதில் இறைவனேயாகலாம் என்பர் ஒரு சாரார்.

மீண்டும் பிறவாமை : பிறவாமை வேண்டும் என்று ஞானிகள் அவாவுவர். அவர்களுள் ஜீவன் முத்தர்களாக அவதரிப்பவர் பிறவி எடார். அவர்களே மகான்கள். நடமாடிய கடவுளர் ஷீரடி சாயிபாபா, ஆதிசங்கரர், பகவான் இராமகிருஷ்ணர், சுவாமி விவேகானந்தர் இத்தகையவர்களுள் சிலர்.

பிறவியும் நற்சிந்தனையும் : சாதாரண மக்கள் நாங்கள் அடுத்த ஜென்மம் நல்லதாக அமைய எண்ணுவோம். நாம் பற்று வைத்து கருமம்

PUBLIC LIBRARY
JAFFNA

செய்பவர்கள். எனவே நாம் வேண்டலாம். பேராசை அற்ற வாழ்வைக் கேட்கலாம். எல்லோரும் இன்புற்றிருக்க நினைக்க வேண்டலாம். "தன்னைக் கட்டுதல், பிறர் துயர் தீர்த்தல், பிறர் நலம் வேண்டுதல், கடமையாக கொள்ள", இறைவனை வேண்டலாம். ஊருக்கு உழைக்கும் யோகத்தை கேட்கலாம்.

கடவுள் நம்பிக்கை : ஆன்மீக பாதையில் கடவுள் நம்பிக்கைக்கு முக்கியம் உண்டு. "கண்டு நம்புகிறவர்களை விட காணாமல் நம்புகிறவர்கள் பாக்கியவான்கள்" என்பார் யேசுபிரான்.

ஆத்துமவிசாரணை : அடுத்தகட்டம் எம்மை நாம் ஆராய்தல். "ஆத்ம விசாரணை" man know thyself என்பர். யோகர்சுவாமி இதை, "தன்னைத் தன்னால் அறிந்து தானே தானேயாய் இருத்தல்" என்பார். நாங்கள் இந்த உடல் அல்ல. இது எம் போர்வை. ஒரு நாள் இந்த உடலை விட்டு விடுவோம். "விட்டுவிடப் போகுது உயிர்" என்பர் திருமூலர் இனிச்சாம் பிணங்கள் நாம். "யாக்கை என்னும் இடிகரையை மெய்" என்று நம்புபவர்கள். மெய்யும் பொய்யாய்ப் போவது நிச்சயம். இவர் போய் அவர் ஆகிவிடுவார்.

ஆயினும் இந்த உடல் கடவுள் வாழும் கோயில் ஆக்கலாம். பூசலார் நாயனார் அப்படிச் செய்தார். உடம்பை வெறுக்க வேண்டும் என்று இல்லை. "ஒன்பது வாயில் கொண்ட ஓட்டைக் குடிசை" ஆயினும் திருமூலர் இதை போற்றச் சொல்லுவார்.

"உடம்பார் அழியின் உயிரார் அழிவர்
திறம்பட மெய்ஞானம் சேரவும் மாட்டார்
உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்தே
உடம்பை வளர்த்தேன் உயிர் வளர்த்தேனே" என்பார்.

நற்பண்புகள்

ஆணவத்தை நீக்க முயற்சித்தல்

உடம்போடு வாழும் நாம் "வையத்துள் வாழ்வாங்கு வாழ்வது" எப்படி? தெய்வ நம்பிக்கை அத்திவாரம். பின் இன்றியமையாதது ஆணவத்தை நீக்குவது. "செம்பில் களிம்பு போல" பிறவியிலிருந்தே வந்தாலும் அந்த கிழங்கை அடியோடு அகற்ற பார்க்கலாம். எங்கள் சிவன்,

அம்மன், பிள்ளையார், முருகன் பாதங்களில் ஆணவத்தின் சின்னமானவர்கள் மடங்கி இருக்கிறார்கள். முயலகன், மகிடாசுரன், கயமுகாசுரன், சூரன் (சேவலும் மயிலுமாக) உதாரணம் : நாலடியாரின் ஒரு பாட்டு. ஒரு பாலம். ஒடுங்கியது அது. கோவில் யானை ஒன்று பக்கமாக வருகிறது. எதிரே மலம் தின்னும் பன்றி. பக்கமாக யானை ஒதுங்கிப் போகிறது. பன்றி அதையிட்டு பெருமிதம் கொள்கிறது. ஆணவத்தின் அடையாளம். தவளை காலால் யானையை எட்டி உதைக்கிறது. காரணம் ஓர் அணாக்காசு அதன் காலின் கீழ் கிடந்தது. இஃது இராமகிருஷ்ணர் கூறியது காசால் வந்த திமிர். ஆணவத்துக்கு நேர் எதிரானது.

தாழ்ச்சி

ஒருவன் தன்னைத் தூசியாக எண்ணவேண்டும்" என்பர் காந்திஜி. "தன்னைத் தாழ்த்திக் கொள்பவன் உயர்த்தப்படுவான்" என்பார் யேசுபிரான். அர்த்தநாரி என்ற "திருப்புகழ் சுவாமி" அகந்தை நீங்கி, தாழ்ச்சி வேண்டி, சாப்பிட்டவர்களின் இலைகளில் புரளுவார். நிணம் ஒழுகும் குஷ்டரோகியாகி சேஷாத்திரி சுவாமிகள் அமர்ந்து வேடிக்கை பார்த்தார். "ஏனடா இதெல்லாம்" என்று கூறி திருப்புகழே அவருக்கு எல்லாம் என ஆசி கூறினார். நான் என்ற அகந்தை கொண்டவனுக்கு தாழ்ச்சி வராது. ஞானம் கேட்ட சீடனுக்கு முனிவர் சொன்னார். "நான் செத்தால் நீ நல்லாய் இருப்பாய்" என்று. யேசு இறுதிப்போசன இரவு சீடரின் பாதம் கழுவி துடைத்து விட்டார். அப்படி தாழ்ச்சியுடனும் அன்புடனும் வாழும்படி கூறினார். நாவுக்கரசர், சம்பந்தர் பல்லக்கை சுமந்ததை நினைவுகூரலாம்.

மன்னிக்கின்ற குணம்

மன்னிக்கின்ற குணத்தையும் நாம் வளர்க்க வேண்டும். ஒரு வயோதிபப் பெண், நபிபெருமானார் நடந்து செல்லும் போது குப்பை கொட்டுவாள். சில நாட்கள் அப்படி நடக்கவில்லை. பெருமானார் மாடிக்குச் சென்று அவள் நோய்வாய்ப்பட்டிருப்பதை உணர்ந்து ஆறுதல் சொன்னார். இராமகிருஷ்ணருக்கு சந்திர ஹலதாரி என்ற பிராமணன் பொறாமையினாலே காலால் உதைத்தவன், இராமகிருஷ்ணர் அது பற்றி யாருக்குமே வாய் திறக்கவில்லை.

பேராசை கொள்ளாதிருத்தல்

பேராசை கொள்ளாது திருப்தி அடைய பழகவேண்டும்.

திருப்தி அடைதல்

நாரைக்கு கால்கள் நீளம். வாத்துக்கு கட்டை. ஆனால் வாத்து நாரையைக் கண்டு பொறாமைப்படத் தேவையில்லை. தன்னாலும் தண்ணீரில் மிதக்கமுடியும் என்று எண்ணினால் போதும் என்பர். இராமர் மேல் அன்பினால் 24000 தெலுங்கு கீர்த்தனைகள் பாடியவர் தியாகராஜ பிரம்மம். சொத்து பங்கிட்ட போது "இராம விக்கிரகம் மட்டும் போதும்" என்றாராம். "குப்பை மேட்டிலே துணி கிடைக்கும் தெரு திண்ணையிலே படுக்கலாம். பிச்சை எடுக்க ஒடு உண்டு. எமக்கு என்ன குறை" என்பார் பட்டினத்தார். ஷீரடி சாயிபாபா கிழிந்த கப்னியே அணிந்தார். அவர் உடலை உகுத்த பொழுது விட்டுச் சென்ற பணம் ஒன்பது வெள்ளிக்காசுதான். "வேண்டாமை அன்ன விழுச்செல்வம் ஈண்டு இல்லை. யாண்டும் அஃதொப்பது இல்" என்பது குறள். நபிபெருமானார் மதினாவுக்கு தப்பிச் சென்றபொழுது குடத்தில் இருந்த தண்ணீரிலே தான் முகம் பார்த்துக் கொண்டார்கள். அப்படி ஏழையாக பெருமானார் இருந்தார்கள். இராமகிருஷ்ணர் நாணயங்கள் தேகத்தில் படமுடியாதவராய் இருந்தார். "தேவைக்கு அதிகமாக எதுவும் வைத்திருப்பின் அது ஒரு வகை திருட்டு" என்பர். காந்திஅடிகள் "பேராசை என்னும் பிணியிற் பிடிபட்டு ஓரா வினையேன் உழலத் தகுமோ" என்று அருணகிரிநாதர் புலம்புவார். வள்ளுவரும், "அவா இல்லார்க்கு இல்லாகும் துன்பம்" "அஃதுண்டேல் தவா அது மேல் வரும்" என்பர்.

வாய்மை கடைப்பிடித்தல்

ஆத்மீக வாழ்க்கையில் சத்தியம் தவறாமையும், பொய் கூறாமையும் போற்றப்படுகின்றன. காந்திஜி தன் சுயசரிதத்துக்கு "சத்திய சோதனை" என்று பெயரிட்டார். அரிச்சந்திரன் எல்லையின்றி துரத்தப்பட்ட ஒருவன். சொன்ன வாக்கிலிருந்து அவர் தவறவில்லை. "மலங்கழிப்பேன்" என்று கூறினால் அந்தச் சொல்லைக் காப்பாற்ற, அந்த உந்துதல் இல்லாவிடினும் இராமகிருஷ்ணர் மலங்கழிக்க செல்வாராம். வாய்மை எனப்படுவது யாதெனில் "யாதொன்றும் தீமை இலாத செயல்" என்பது குறள். தருமர் சத்தியத்தைக் கடைப்பிடித்த ஒருவர். மாணவர்கள் சிறுபிராயத்தில் இருந்தே உண்மை பேசப்பழக வேண்டும்.

தாய்தந்தையைப் போற்றுதல்

மகான்கள் தாய் தந்தையரைப் போற்றி எமக்கு வழிகாட்டி உள்ளார்கள். ஆதிசங்கரர் தாயின் சம்மதம் பெற்றுத்தான் சந்நியாசினார்.

காவி வஸ்திரத்திதை நீக்கிவிட்டு தாய் மரணமான போது உரிய கிரியைகளை செய்தார். "தாயின் பாதங்களை முத்தமிடாதவன் சொர்க்கத்திற்கு போகமாட்டான்" என்று நபிகள் பெருமானார் கூறியுள்ளார். பட்டினத்தார் தாயின் உடலுக்கு தீ மூட்டியபோது பாடியவை புகழ்பெற்றவை. யேசு சிலுவையில் தொங்கியபடி அந்த வேதனையிலும் யோன் என்ற சீடரை சுட்டிக்காட்டி இதோ உனது மைந்தன் என்று ஒப்படைத்தவர். தகப்பனார் கட்டளையிட தாயையும் வெட்ட முன்வந்தவர் பரசுராமர்.

குரு இறைவன் திருவருள் மேல் நம்பிக்கை

குரு அருளிலும் இறைவன் திருவருளிலும் நாம் நம்பிக்கை கொள்ள வேண்டும். பாம்பன் சுவாமிக்கு 1923ல் கால் முறிந்தது. முருகன் அருளால் 15 நாட்களில் அந்த எலும்பு பொருந்தியது. குமரகுருபர். ஐந்து வயது வரை ஊமை. திருவருளால் தெலுங்கில் கூட பேச ஆற்றல் உள்ளவரானார். வயலில் மாடு மேய்த்தவரை "திவான்" என்ற நிலைக்கு உயர்த்த இராகவேந்திர சுவாமி திருவுள்ளம் வேலை செய்தது. இராமகிருஷ்ணர் மதுர்பாபுவின் மனைவியின் வயிற்றுவலியைத் தான் தாங்கி ஆறு மாதங்கள் உழன்றார். ஷீரடி சாயிபாபா ஒரு பிள்ளையின் "பிளேக்" கட்டிகளை தன் உடம்பில் ஏற்றுக்கொண்டார். நாவுக்ககரசர் பாம்பு தீண்டிய பாலகனை மீட்டார். சுந்தரர் எலும்பைப் பெண் ஆக்கினார்.

பிறப்பெடுத்தவர்க்கு காட்டப்படும் வழிகள்

நான்கு வழிகள் கூறப்படுகின்றன. சரியை, கிரியை, யோகம், ஞானம் அவை. தாசமார்க்கம், சற்புத்திரமார்க்கம், சகமார்க்கம், சன்மார்க்கம் என்பன வரிசைப்படுத்தி நாவுக்கரசர், சம்பந்தர், சுந்தரர், மணிவாசகர் இவர்களை இம் மார்க்கம் கடைப்பிடித்தவர்களுக்கு கூறுவர்.

பக்தி மார்க்கம்

தாசமார்க்கம், ஆண்டான் அடிமை பாவனை. சாதாரண எங்களுக்கு சுலபமானது. ஆன்ம ஈடேற்றத்துக்கு நாமஸ்மரனை, இறை நாமத்தை இடைவிடாது உச்சரித்தல் சுலபமானதாகும். பிரகலாதன், ஆஞ்சநேயர், அன்னை மீரா, சுவாமி இராமதாசர், நாவுக்கரசர் இப்படி பலர் நாம் உச்சாடனம் செய்து உயர்ந்தவர்கள் தான். "நான் மறக்கினும் சொல்லும் நா நமச்சிவாயவே" என்று தேவாரத்தில் வரும். இதில் பிரார்த்தனையும் அடங்கும்.

"நின்றும் இருந்தும் கிடந்தும் நடந்தும் நினைப்பதுன்னை" என்பார் அபிராமிப்பட்டர். யேசு பிரார்த்தனையே வடிவெடுத்தவர். "கெற்சமேன்" தோட்டத்தில் அவர் இரவு பிரார்த்திக்கும் போது மயிர் கால்களில் இரத்தம் வந்தது. பக்தியில் எம்மை மிகவும் தாழ்த்தும் சுபாவம் வரும் "நாயேனையும் இங்கு ஒரு பொருளாக நயந்து வந்து நீயே நினைவின்றி ஆண்டு கொண்டாய்" என்பர் அபிராமிப்பட்டர். "நாய்க்கு தவிசு இட்டது போல என்னை மதித்தாய் என மணிவாசகர் கூறுவர். "வியவற்ற எஞ்ஞான்றும் தன்னை" எனக் குறள் சொல்லும்.

ஆலயத்தொண்டு

ஆலயத்தொண்டும் பக்திக்குள் அடங்கும். கீதையில், 'பூவோ, இலையோ பக்தியோடு அர்ப்பணித்தால் போதும்' என்பான் கண்ணன்.

மலர்தூவி வழிபடுதல்

"நகமெல்லாம் தேயக் கையால் நாண்மலர் தொழுதுதூவி. முகம் எல்லாம் கண்ணீர் மல்க முன்பணிந்து ஏத்தும் தொண்டர். அகம் அலாற் கோயில் இல்லை" என்பர் ஒரு நாயனார்.

உபவாசம்

நம் உடலை மறந்து இறைவனில் இலயிக்க உதவும். "விரதம் எலாம் மாண்ட மனத்தார் மனத்தான் கண்டாய் மறைக்காடு உறையும் மணாளன்தானே" என்று தேவாரத்தில் வருகிறது. இஸ்லாமியர் நாற்பது நாள்கள் நோன்பு இருப்பர். யேசு நாற்பது நாட்கள் வனாந்தரத்தில் நோன்பு நோற்றார். பசாசின் சோதனைக்கும் உள்ளானார். ஷீரடிசாயிபாபா உடலை வருத்துவதை பெரிதாக ஆதரித்து கூறவில்லை.

இடையறா அன்பு

இடையறா அன்பு செலுத்திக் கொண்டு இருப்பதே பக்தி மார்க்கத்தின் ஆணிவேர். அசிசி பிரான்சிஸ், உடலை, சகோதர கழுதை என்பார். இடைவிடாது யேசுவை எண்ணி அன்பு செலுத்தியதால், சிலுவை அடையாளங்கள் ஐந்தை உடம்பில் பெற்றார். குருநானக் இறை அன்பு மிகுந்தவர். களஞ்சியத்துக்கு அவர் பொறுப்பாக இருந்த பொழுது பதின்மூன்று என்ற தொகைக்கு "தேரா" என்று சொல் வரும். அது "உன்னுடையது" என்ற பொருள் தரவே குருநானக் தன்னை மறந்து கடவுள் இலயப்பட்டு விடுவார்.

வெறும் சடங்குகளில் நம்பிக்கை இன்மை

பக்தி, வெறும் சடங்குகளில் நம்பிக்கை வைப்பதில்லை. உண்மை பக்தி "உள்ளம் பெருங்கோயில் ஊனுடம்பு ஆலயம்" என்று கொள்கிறது. நாடகத்தால் இறைவன் அடியார் போல காட்டுவதில்லை. "மெய்தான் அரும்பி விதிர் விதிர்த்து உன் விரையார் கழற்கு கைதான் தலைவைத்து, கண்ணீர் ததும்பி, வெதும்பி, உள்ளம், பொய்தான் தவிர்ந்து, உனை போற்றி சய சய போற்றி எனும் கைதான் நெகிழவிடேன் உடையாய் எனைக் கண்டு கொள்ளே என்பதுவே உண்மை பக்தி.

பூரணசரணாகதி

இது பக்தியின் இன்னொரு அடையாளம். "நன்றே செய்வாய் பிழை செய்வாய் நானோ இதற்கு நாயகமே" என்பர் மணிவாசகர். அபிராமி பட்டர் "நன்றேவரினும் தீதே விளைகினும் நான் அறிவது ஒன்றேயுமில்லை உனக்கே பரம்" என்று கூறுகிறார். யேசு "Not my will But thy will" என்றே இறுதியில் கெத்சமேன் தோட்டத்தில் தன்னை பரமபிதாவிடம் ஒப்புவிப்பார். பெருமானார் நபிக்கு ஏற்பட்ட யாவும் இறைவன் வழிகாட்டலே என்று அவர் கொண்டார். "உன் கடன் அடியேனையும் தாங்குதல் என் கடன் பணி செய்து கிடப்பதே" என்பதே சரணாகதி ஆகும்.

குரங்கும் பூனையும்

பூனை தன் குட்டிகளை காவுவது போல இறைவன் எம்மைக் கொண்டு செல்வார். குரங்குக்குட்டி தாயைப் பற்றுவது போல இறைவனைப் பற்றி இருப்பதே எம்கடன். ஆமை குஞ்சுகளை எட்ட இருந்து போஷிப்பது போல, கடவுள் எம்மைப் பார்த்துக் கொள்வார். இதுவே பக்தியின் சாரம்.

மனம் தூய்மையாய் இல்லாது இருக்குமானால் – உனது பணமோ – பதவியோ – வலிமையோ உனக்கு அழகைச் சேர்க்காது.

சிந்தனை தூய்மையாய் இருப்பதே பிறவிப்பயனை அடைவதற்குரிய திறவுகோல்.

-அரிஸ்டாட்டில்-

ஈழத்து நாட்டுப் பாடல்கள்

மனிதனின் மொழியாற்றலே அவனை விலங்குகளிடமிருந்து பிரித்துக்காட்டும் முக்கிய பண்பாகும். கருத்துவெளிப்பாட்டிற்கு அடிப்படையாக அமையும் மொழியாற்றல் மனிதனுக்குக் கிடைத்த மிகச்சிறந்த கொடை எனலாம். மனிதன் மொழியாற்றல் மூலமாக தன் உள்ளத்து உணர்வுகளை இசையுடன் கூடிய சொற்களால் வெளிப்படுத்துகின்ற போது அவனது தனித்துவ ஆற்றலை விளங்கிக்கொள்ளமுடியும். குயில் இனிமையான இசையுடன் கூவினாலும் மனிதனைப் போன்று இசை கலந்த சொற்களால் பாடமுடியாது. ஆதிகால மனிதனின் பாடல்கள் இலகுவான ஓசையமைப்பினை உடையனவாக அமைந்தன.

ஆதிகால மனிதர் எந்த விதியையும் பின்பற்றாது தங்களுக்கேற்ற வகையில் இப் பாடல்களை அமைத்துக்கொண்டனர். இவ்வாறு எளிமையும் பண்படாத தன்மையும் கொண்ட பாடல்களை பிற்காலத்தில் இசை வல்லுநர் சிலர் பண்படுத்தி அவற்றுக்கு யாப்பமைதி, இசையமைதி ஆகியவற்றை இலக்கண விதிகள் வாயிலாக கூற முற்பட்ட போது தான் செம்மையான தற்கால இசை தோன்றியது. பெரும்பான்மை மக்களோடு பின்னிப்பிணைந்து பண்படுத்தப்படாதனவாகிய மக்கள் பாடல்களை நம் நாட்டுப் பாடல்கள் என்கிறோம்.

"ஆடிப்பாடி வேலை செய்தால் அலுப்பிருக்காது என்பது தொழிலாளர் அறிந்த உண்மை." எனவே தொழிலுக்கு ஏற்ற வகையில் தம் எண்ணம், உணர்வு ஆகியவற்றை ஒட்டிய பாடல்களைத்தொழிலாளர்கள் பாடினர். தொழிலோடு தொடர்பு கொண்ட நாட்டார் பாடல்கள் இந்த வகையிலேயே தோன்றின.

"ஏற்ற நீர்ப்பாட்டினிசையிலும் நெல்லிடிக்கும்
கோற்றொடியார் குக்குவெனக் கொஞ்சுமொலியிலும்"

என்று பாரதியார் சில தொழில் முறை நாட்டுப் பாடல்களிலே தாம் மனதைப் பறி கொடுத்ததாகக் கூறுகிறார். ஈழத்துத் தொழில் முறை நாட்டுப்பாடல்களிலே பெரும்பாலானவை விவசாயத் தொழிலை ஒட்டியனவாகவே உள்ளன.

"பொலி பொலி தாயே
பொலி தம்பிரானே பொலி"

என்ற பொலிப்பாட்டையும்..

"மூலை வரம்போரம் செல்லா - நீ
முடுகி வளை நல்ல கண்டே
ஓடி நட கண்டே - செல்லா நீ
உறுதியுள்ள காலாலே..

என்ற ஏர்ப்பாடல்களையும் உதாரணமாகக் காட்டலாம். மேலும், இலங்கையின் கடலோரப் பிரதேசங்களில் வாழும் மீன்பிடித்தொழிலாளர் மத்தியில் அவர்கள் தொழிலை ஒட்டிய சில நாட்டுப் பாடல்கள் உண்டு.

"புறப்படுவோமா மச்சான் புறப்படுவோமா
கட்டுவலை எடுத்துக்கொண்டு புறப்படுவோமா"

என்பவற்றைக் கூறலாம்.

மட்டக்களப்பைச் சேர்ந்த அம்மன் பள்ளு, வசந்தன், மழைக்காவியம், குளிர்த்திப்பாடல்கள் ஆகியன கடவுளரைக் குறித்துப் பாடும் வணக்க நாட்டுப்பாடல்களாகும்.

கொண்டாட்டப் பாடல்கள் என்ற பிரிவினுள் பெரும்பாலும் மட்டக்களப்பு பகுதி தொழிற்பாடல்களும் வணக்கப்பாடல்களும் சேருகின்றன. ஆனால் சில விழாக்காலங்களுக்கெனப் பாடப்படும் நாட்டுப் பாடல்களும் உண்டு. கதிர்காம உற்சவ தினத்திற்கு மட்டக்களப்பிலிருந்து கால்நடையாக அங்கு செல்லும் யாத்திரிகர்கள் வழிநடைக்கு உற்சாகமூட்டும் பல பாடல்களைப் பாடிச்செல்வர். யாழ்ப்பாணம் செல்வச்சந்நிதி முருகன் திருவிழாக் காலங்களில் அங்கு காவடி எடுத்துச் செல்வோர் பாடும் பாடல்களும் இத்தகையனவே ஆகும்.

இவை தவிர பொழுதுபோக்குப் பாடல்களாக கும்மி வசந்தன் ஊஞ்சல் வசந்தன் ஆகியவற்றைக் குறிப்பிடலாம். பெண்கள் பொழுதுபோக்காக நடத்தும் சில விளையாட்டுக்களை ஒட்டிய நாட்டார் பாடல்களும் காணப்படுகின்றன. மேலும் பெண்களுக்கே உரிய பாடல் களாகத் தாலாட்டு, கும்மி, ஊஞ்சற்பாடல்கள் அமைகின்றன. தாலாட்டுப் பாடல்கள் உலகெங்குமே உண்டு. எல்லா மொழிகளிலும் உண்டு.

"ஆரடித்து நீயழுதாய்
அழுத கண்ணில் நீர் ததும்ப
பேசை உரைத்தாக்கால்
பெரு விலங்கு பூட்டிடுவேன்

இவ்வாறு தாயொருத்தி தன் குழந்தையைத் தாலாட்டுகிறாள்.

படிப்பறிவற்ற சாதாரண மக்கள் பாடும் பாடல்களாக இருந்த போதும் அவற்றில் கவிதைக்கான இலயம் காணப்படுகின்றது. இந்நாட்டுப் பாடல்கள் மக்களின் உண்மை உணர்வினை வெளிப்படுத்துவதே இதற்கான காரணமாகும்.

செல்வி க.குகநாயகி
ஆசிரியர்,
யா/பரு.சித்திவிநாயகர் வித்தியாலயம்

பதின்ம வயதில் தாய்மையடைதல்

பதின்ம வயதுப் பருவம் என்பது 11 - 19 வயது வரையான காலப் பகுதியாகும். இதன் போது தான் சிறுவர்களாக இருப்பவர்களில் துணைப் பாலியல்புகள் விருத்தியடைந்து இளைஞராக மாறும் அதிசயம் நிகழ்கின்றது. இவ் அதிசயம் நிகழும் காலப்பகுதி கட்டிளமைப் பருவம் எனப்படும். இது இரண்டும் கெட்டான் பருவமாகும் இயற்கை ஒரு மனிதனை முற்றுமுழுதாக மாற்றிவிடும் நேரமும் இதுதான். உயிரியல் உருவவியல் மாற்றங்களும் வேறுபாடுகளும் உருவாகி முழுமையான பாலியல் முதிர்ச்சிக்கும் இனப்பெருக்கத்திற்கும் மனித உடல் தன்னைத் தயார் செய்து கொள்கின்றது.

ஒரு சிறுமி "பெரிய பிள்ளை" ஆகும் வரையும் அதன் பின்பும் துணைப் பாலியல்புகள் விருத்தி அடைந்து செல்கின்றது. அவளில் மார்பகங்கள் விருத்தியடைதல்" அக்குள் மற்றும் சனனப்பகுதிகளில் உரோமம் வளர்தல், உயரம் அதிகரித்தல், தோல் மென்மையாகவும் மினுமினுப்பாகவும் மாறுதல் போன்ற உருவவியல் மாற்றங்களும் மாதவிடாய் சக்கரம் ஆரம்பமாதலும் நிகழும். இந்தப் பருவத்தில் ஏற்படும் மாற்றங்களை சரியாக அறிவுறுத்தி வழிகாட்டி ஒழுங்குபடுத்துமிடத்து பிற்காலத்தில் சிறந்ததோர் சமுதாயத் தூண்களை உருவாக்க முடியும்.

ஆனால் கத்தியின் மேல் நடப்பது போன்ற நிலையிலுள்ள இந்தப் பருவத்தினர் மற்ற வயது குழுவினரை விட இலகுவில் தடம் புரண்டு விடுகின்றனர் இதற்கு காரணம் இவர்களின் எல்லாவற்றையும் அறியவும் வேண்டுமென்ற ஆவலும் கலாசாரப் பண்பாட்டு விழுமியங்களும் மூத்தோரின் மூடிமறைப்புகளும் ஆகும். முன்வாலிபப் பருவத்தில் வயதுக்கோளாறினால் காதல் வசப்படல், பருவ இன்பம் போன்ற அனுபவங்கள் எல்லோருக்கும் இருக்கும்.

மனிதரில் உள்ளஹோர்மோன்களின் உயிரியல் வளர்ச்சியில் ஏற்படும் மாற்றங்கள் ஓர் இனம் புரியாத உள்ளக்கிளர்ச்சியை உண்டு பண்ணுவதன் மூலம் இளம் தலைமுறையினர் செய்வதறியாது தத்தளிக்கின்றனர். இதனால் ஏற்படும் ஓர் வித்தியாசமான கவர்ச்சி உந்துதலை "காதல்" என எண்ணி அதற்கு அன்பு என்ற உயர் மதிப்பினைக்

கொடுத்து தன்னையும் தன் வாழ்வினையும் இழக்கின்றனர். அன்பு என்ற ஈர்ப்பினை பின்வருமாறு பிரித்து நோக்கலாம். அவையாவன :

சாதாரண மோகம்

கவர்ச்சி மோகம்

உண்மை அன்பின் பரிமாணம்

பால் உறவில் ஈடுபாட்டுணர்வு (உடல் இச்சைகள்)

இவற்றுள் உண்மையான அன்பினை சரியாக அடையாளம் கண்டு கொள்பவர்கள் சிலரே இவ்வாறான உளக்கிளர்ச்சியினால் பல வகையான பாதிப்புக்கள் ஏற்படுகின்றன. அதில் இளவயதுக் கர்ப்பமும் உள்ளடங்கும். இக் கர்ப்பமானது எதிர்பார்த்து அல்லது எதிர்பாராமல் ஏற்படுவதாகும். (நிர்ப்பந்தமாக தாய்மை நிலைக்குத் தள்ளப்படல்) இவ் இளவயதுக் கர்ப்பமானது 2 வகையாக ஏற்படுகின்றது.

01. இளவயது திருமணம்

02. தவறான வழிகளில் ஏற்படுவது

இவ்வாறான கர்ப்பத்தினால் தாய் குழந்தை ஆபத்தான நிலைக்கு தள்ளப்படுகின்றார்கள் தாய் கர்ப்பத்தை தாங்கும் வகையில் பூரண வளர்ச்சியடையாமல் (முதிர்ச்சியடையாத பருவநிலை) கர்ப்பகால குருதிசோகை, குருதியமுக்கம், நீரிழிவு, நோய்களின் தாக்கம், பாலியல் நோய்கள், தற்கொலை என்பன ஏற்படுவதுடன் பிரசவத்தின் போது மரணத்திற்கான வாய்ப்பு இரண்டு மடங்காக ஏற்படவாய்ப்பு உண்டு. (சாப்பிரசவம்) மேலும் தாயின் பிறப்புக்கால்வாய், இடுப்பு என்பன போதிய வளர்ச்சியடையாது இருப்பதனால் நீண்ட நேர பிரசவ வேதனையும் பிரசவம் தடைப்படுதல் ஏற்படுவதுடன் சத்திர சிகிச்சையும் கடினமாக காணப்படுகின்றது.

பிறக்கும் குழந்தையானது நிறைகுறைந்து காணப்படுவதுடன் குழந்தை பின்னாளில் உயர்குருதியமுக்கம், அங்கவீனமான குறைபாடுடைய குழந்தைகளாகவும், பாலியல் நோய்கள் ஏற்பட்ட குழந்தைகளாகவும், முதிராத குழந்தைகளாகவும் இருப்பதுடன், சிசு மரணங்களும் அதிகரித்துக் காணப்படும் இளவயது திருமணம் செய்வோருக்கு குடும்பச் சூழல், வாழ்க்கை முறைகள் பற்றிய தெளிவின்மை, கர்ப்பம் தரிக்கும் கால அளவு, கருத்தடை முறைகள், பொருளாதார சிக்கல்கள், குழந்தைகளைப் பராமரிக்கும் முறைகள்

தெரியாமை இவற்றினால் மன உளைச்சலுக்கு ஆளாகி வீணான குடும்ப பிரிவுகள் பல்வேறு வகையான உளவியல் தாக்கங்களும் ஏற்படுகின்றன.

தவறான வழிகளில் ஏற்படும் கர்ப்பமானது பாலியல் துஷ்பிரயோகம், உணர்வுகளுக்கு அடிமையாதல், கருத்தடை பற்றிய அறிவின்மை, பாலியல் உறவு பற்றிய அறிவின்மையும் அதன் விளைவுகள் தெரியாமையும் ஆகும். பாலியல் கல்விக்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்காமை இவ்வாறான துஷ்பிரயோகங்களுக்கெல்லாம் பிரதான காரணமாகிறது. இக் கர்ப்பத்தினால் மனக்கலக்கம், தடுமாற்றம், ஆதரவற்ற நிலை ஏற்படல், குடும்பம் சமூகத்தினால் ஒதுக்கப்படல், தற்கொலை, உளவியல் தாக்கங்களும் ஏற்படுகின்றன. இவ்வாறான கர்ப்பத்திற்கான காரணங்களும் தூண்டல்களும் பின்வருமாறு:

★ காதல் திருமணங்கள் (இளவயது திருமணம்)
★ இருபாலாரிடமும் காணப்படும் நெருக்கமான பழக்கங்கள்
★ கருத்தடை பற்றிய அறிவின்மை
★ தவறான உறவு முறைகள்
★ பாலியல் உறவு பற்றிய அறிவின்மை
★ கர்ப்பத்தை எதிர்பாராத நிலை
★ திருமணத்திற்கு முந்திய பாலியல் நிலை
★ ஆபாசப் படங்கள்
★ பாலியல் உணர்வுகளை தூண்டக்கூடிய சினிமாப் படங்கள்
★ தனிமையாக இருத்தல்
★ சூழல் காரணிகள், வறுமை
★ ஆரோக்கியமான பொழுதுபோக்கு வசதிகளின்மை
★ உரிய காலத்திற்கு முன் கல்வி நடவடிக்கைகளில் இருந்து விலகுதல் என்பனவாகும்.

உண்மையில் பெண்கள் கருத்தரிப்பதற்கும் குழந்தை பிரசவிப்பதற்கும் 24 - 30 வயதுக்குரிய காலமே ஆரோக்கியமானது எனக் கூறப்படுகின்றது. இந்த வகையில் பெண் ஒருவர் 19 வயதில் அல்லது அதனிலும் குறைவான வயதில் கர்ப்பம் தரித்தால் அது பதின்ம

வயதுக்கர்ப்பம் எனவே கொள்ளப்படும். இலங்கைச் சட்டங்களின் படி 18 வயதிற்கு குறைவானவர் எவரும் சிறுவர்களே 18 வயதிற்கு மேற்பட்டவர் திருமணம் செய்யும் உரிமையைக் கொண்டுள்ளார். 16 வயதிற்கு குறைந்த பெண் ஒருவருடன் (அவரின் சம்மதத்துடன் கூட) பாலுறவு வைத்துக் கொள்வதை சட்டம் கண்டிப்பாக அனுமதிக்கவில்லை. அவ்வாறு பாலுறவு வைப்பது சட்டப்படி "வன்புணர்வு" (Rape) என வரைவிலக்கணப்படுத்தப்பட்டுள்ளது.

பாலியல் தூண்டல், ஆர்வம் என்பனவற்றால் ஏற்படும் பிரச்சனைகளுக்கு அதிகமாக முகம் கொடுப்பவர்களாக இந்த வயதெல்லையை சார்ந்தவர்களே இருக்கிறார்கள். இந்த வயதில் பிள்ளைகள் பாலியல் பற்றி சிந்திக்கவே கூடாது என பெற்றோர்கள் கருதுகின்றனர். அதற்கு எதிரிடையாக அவற்றை பற்றி அறிவதிலேயே பிள்ளைகள் ஆர்வமாக இருக்கின்றனர். இத்தகைய முரண்நிலையால் பாலுறவு மற்றும் பால்வினை நோய்கள் மற்றும் கர்ப்பத்தடை என்பன பற்றிய அறிவோ விழிப்புணர்வோ பதின்ம வயதுப் பிள்ளைகளுக்கு உரிய முறைப்படி கிடைப்பதில்லை.

உண்மையில் வளர்ந்த பெண்களை விட பதின்ம வயதுப்பெண்கள் கர்ப்பம் அடைவதில் ஆபத்துக்கள் அதிகம் என வைத்திய நிபுணர் சுரேஸ்குமார் அவர்கள் கருத்து தெரிவித்துள்ளார். அவை வருமாறு:

★ கருச்சிதைவும் அதனோடு இணைந்த சிக்கல்களும்
உயிராபத்தை ஏற்படுத்தக்கூடிய ஆபத்தான கர்ப்பகாலத்தின் போதான உயர்குருதி அமுக்கம்.
குறைப்பிரசவம்
சாதாரண பிரசவத்திற்கு பொருத்தமற்ற உடல் விருத்தி இருக்குமாதலால் அதிகளவு சிசேரியரின் சத்திர சிகிச்சை மூலமான பிரசவங்கள்.

★ பிரசவத்தின் பின்னான மன அழுத்தம்.
குறைபாடான பிள்ளைப் பராமரிப்பும் ஆரோக்கியமற்ற எதிர்கால சந்ததி என்பன அவற்றில் மிக முக்கியமான ஆபத்துக்கள் என்று மருத்துவர் கூறியுள்ளார். இதை விட இளவயதில் உடலுறவில் ஈடுபட ஆரம்பிக்கும் பெண்களுக்கு கருப்பை கழுத்து புற்றுநோய் வரும்

வாய்ப்புக்களும் மிக அதிகம் என்பதும் கண்டறியப்பட்டுள்ளது. அண்மையில் வெளியான கணிப்பீடுகளின் படி உலகம் முழுவதும் 15 மில்லியனிற்கு மேற்பட்ட பதின்ம வயது தாய்மார் ஆண்டு தோறும் குழந்தைகளைப் பெற்று எடுக்கின்றனர். இது பிறக்கின்ற குழந்தைகளில் 10 வீதம் ஆகும். கர்ப்பம் தரிக்கும் பெண்களில் பலர் இயற்கையான மற்றும் செயற்கையான கருவழிப்பிற்கு உட்படுவதனால் கர்ப்பம் தரிக்கும் பதின்ம வயதுப் பெண்களின் தொகை 2 அல்லது 3 மடங்கு அதிகமாகும். பதின்ம வயது கர்ப்பம் தரித்தல் தாயாகும் பெண்ணை மட்டுமல்ல பிறக்கும் சிசுவையும் அவள் குடும்பத்தையும் சமூகத்தையும் பாதிப்புக்குள்ளாக்குகின்றது. மற்றைய வயது குழுவினருடன் ஒப்பிடுகையில் பதின்ம வயது தாய்மார் உடல் உள ரீதியாக மிக மோசமாகப் பாதிக்கப்படுகின்றனர். இதனால் இவர்கள் அதிக ஆபத்திற்குள்ளாகும் குழுவினர் (High Risk Group) என அடையாளப்படுத்தப்படுகின்றனர்.

எனவே பதின்ம வயது கர்ப்பம் தரித்தலை தடுப்பது சம்மந்தமான நடவடிக்கைகள் பற்றி சமூகத்தில் அனைத்து தரப்பினரும் சிந்தித்து செயற்பட வேண்டிய கட்டாய தேவை ஒன்று ஏற்பட்டுள்ளது. வெறுமனே போதிப்பதுடன் அல்லாமல் இயங்கு நிலையில் செயற்படுவது கூடிய பயன்தரும் ஒத்த வயதினர் குழுவாக இயங்க பழக்கப்படுத்தப்பட வேண்டும். இல்லையேல் தீய வழிகளில் அவர்களுடைய நாட்டம் மாற வாய்ப்பு ஏற்படுவதை தவிர்க்க முடியாது. இவ் கட்டிளமைப் பருவ கர்ப்பங்கள் உடல், உள ரீதியான பாதிப்புக்களை ஏற்படுத்துவதுடன் தற்கொலை போன்ற தவறான முடிவுகளையும் எடுப்பதற்கு தூண்டியாகவும் அமைகின்றது. எனவே சட்ட பூர்வமற்ற திருமணங்களையும் நெறி தவறிய உறவுகளையும் தவிர்ப்பதன் மூலம் எதிர்காலத்தில் சிறந்ததொரு சமுதாயத்தை உருவாக்கலாம்.

> எனவே பதின்ம வயது கர்ப்பம் தரித்தலை தடுப்பது சம்மந்தமான நடவடிக்கைகள் பற்றி சமூகத்தில் அனைத்து தரப்பினரும் சிந்தித்து செயற்பட வேண்டிய கட்டாய தேவை ஒன்று ஏற்பட்டுள்ளது.

அ. உஷா
உளசமூகப் பணியாளர்
அஞ்சலியகம்

"இளமை இனிமை"
எதிர்காலம் சிறந்து விளங்க இளைய தலைமுறையினரின் பொறுப்புக்களை உணர்த்துதல்

"வளரும் பிள்ளையை முளையிலே தெரியும்". "வாழும் பிள்ளையை மண் விளையாட்டில் தெரியும்." என்றெல்லாம் கூறுகிறார்கள். அதாவது எதிர்காலத்தில் சிறந்த ஒரு நற்பிரஜையாக வாழக்கூடிய ஒரு சிறுபிள்ளையை அதன் சிறுவயதுச் செயற்பாடுகள் மூலமாகவே உணர்ந்து கொள்ளலாம். அந்த வகையில் இந்த இளைய தலைமுறையினர் என்போர் யார்? இன்று குழந்தை நாளை தலைவர் என்ற ரீதியில் எதிர்காலத்தை நோக்குகின்றபோது இன்றைய குழந்தைகள் எல்லோரும் நாளைய இளைய தலைமுறையினரே.

இன்று வாழ்ந்து கொண்டிருக்கும் இளைய சமுதாயம் எப்படி வாழ்கிறதோ? அவ்வாறே இனிவரும் சமுதாயம் வாழப்போகிறது. அந்த வகையில் இன்று வாழ்ந்து கொண்டிருக்கும் இளைய சமூகத்தினரின் வாழ்க்கையைச் சற்று நோக்குவோமானால், சிறுவர்களின் கல்வியானது எதிர்காலத்தில் பிரதானமான பங்கு வகிக்கின்றது. அந்த வகையில் பாடசாலை செல்லும் மாணவன் ஒருவன் காலையில் பாடசாலையும், மதியம் தனியார் கல்வி நிறுவனமும், மேலதிகமாக தனிப்பட்ட ஆசிரியரிடம் சென்று படித்து வீடு திரும்ப இரவாகும். இப்படியாக நாம் முழுக்க அலைவதால் புத்தகப் படிப்பே நிகழ்கின்றது. வாழ்க்கைக்கு அவசியமான கல்வி புகட்டப்படுவது சிலவேளை மாத்திரமே அதுவும் பாடசாலையில் மட்டுமேயாகும்.

மாணவர்கள் கல்வியில் சிறந்து விளங்கவேண்டுமெனில் கற்பவற்றை மீண்டும் படித்தல் போதுமானது. அவ்வாறு கற்பதற்கு நேரம் எங்கே? உலக வாழ்க்கை சிறப்புற அமையவேண்டுமெனில் ஏட்டுக்கல்வி மட்டும் போதாது நடைமுறை விடயங்களும் மிகஅவசியம். அவற்றுடன் விளையாட்டு, தொடர்பாடல், போக்குவரத்து இன்றியமையாததாகும்.

அதற்கு இன்றைய மாணவர்கள், இளைய சமுதாயத்தை பற்றி சிந்திக்கின்ற போது அதனை ஒளிமயமானதொன்றாக அவர்களின் உடைய மாற்றத்தை பற்றியே சிந்திக்க வேண்டும். எதிர்காலம் ஒன்று ஒளிமயமாக

சிறுவர்களும், இளைய தலைமுறையினரே அடிக்கல் ஆகும். இன்றைய காலகட்டத்திலே இளைய தலைமுறையினரின் செயற்பாடுகள் ஆனவை சிறுவர்கள் இடத்தும், இளைய தலைமுறையினர் இடத்தும் மேலும் அதிகரித்து செல்லுமேயானால் உலகமே அழிவது திண்ணம். இன்றைய சமுதாயத்திலே சிறுவர்கள் மத்தியில் நல்ல பழக்க வழக்கங்களைக் காணமுடிவதில்லை. இத்தகைய நிலை ஏற்படுவதற்கு என்ன காரணம் என்பதை அறியவோ, அவற்றினூடாகச் சிறுவர்களை நல்வழிப்படுத்தவோ பெரும்பாலானோர் முற்படுவதில்லை. சிறுவர்கள் மத்தியில் இன்று வன்முறையை ஊக்குவிக்கும் பல காரணிகளையும் நாம் காண்கிறோம், கேட்கிறோம். இதனைச் சிறுவர்கள் அறிந்தோ, அறியாமலோ கற்றுக்கொண்டிருக்கின்றார்கள்.

அடுத்து இன்று எந்த வீட்டை நோக்கினாலும் மாணவர்கள் தொலைக்காட்சிப்பெட்டியின் முன்னாலே வீட்டிலிருக்கும் நேரத்தை கழிக்கின்றார்கள். இதனால் அதிகளவு சிறுவர்கள் தமது கல்வியில் கவனம் செலுத்தத் தவறுகின்றனர். மற்றையது முக்கியமாக இன்றைய தலைமுறையை ஆட்டிப்படைக்கின்ற ஒன்றாக போதைப்பொருள் பாவனைக்கு இளைய தலைமுறையினர் அடிமையாகும் தீய பழக்கம் ஆனாது வேகமாகப்பரவி வருவது எதிர்கால சிதைவுக்கு ஒரு காரணியாகும்.

இனிவரும் சமுதாயம் நல்ல சமுதாயமாக மாறவேண்டுமானால் பெரியவர்கள் தம்மையே அர்ப்பணித்து நடக்க வேண்டும். இன்றைய காலத்தில் இனச்சண்டை, சச்சரவுகள், போதைவஸ்து பிரச்சினைகள் போன்றவற்றை நீக்கிச் சமாதானமான நாட்டை உருவாக்குவதற்கு மாணவர்களிடையேயும், இளைய இளம் சமூகத்தினரிடையேயும் பொறுப்புக்களை உணர்த்தி விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தல் சிறுவர்களிடையே தேசப்பற்றை வளர்க்க விசேட செய்ற்றிட்டங்களை அமுல்படுத்தல்.

மாணவர்களிடையே தேசாபிமானம், பரஸ்பர நட்புறவு, சகோதரத்துவ உணர்வு, தயவு தாட்சண்யம் என்பவற்றை விருத்தி செய்ய வேண்டும். மாணவர்களின் கல்வி, அறிவு வளர்ச்சியில் பெற்றோர் தமது முழுமையான பங்களிப்பினை வழங்கினால் சிறந்த நற்பிரஜையாக உருவாக்க முடியும். ஒரு குழந்தை பிறந்து வளரும் சமூகமானது ஒரு நற்பழக்க வழக்கமுடைய கல்விச் சமூகமாக இருப்பின் குழந்தைகளும் நற்பிரஜைகளாக முடியும்.

குழந்தைகள் உலக விடயங்கள் பலவற்றை அறிந்து கொள்ளப் பத்திரிகைகள், புத்தகங்கள், சஞ்சிகைகள் ஆகிய அனைத்தையும் வாசிக்க வேண்டும். "வாசிப்பு மனிதனை பூரணமாக்கும்" என்பதற்கிணங்க நாம் பல புத்தகங்களை வாசிப்பதன் மூலம் பூரண அறிவைப் பெறலாம். சிறுவர்கள் எதிர்காலத்தில் அனைவருடனும் சமாதானமாகவும், நட்புறவுடனும் வாழ அவர்களிடையே சமாதானம் பற்றிய பூரணஅறிவு இருக்க வேண்டும்.

அடுத்து ஒவ்வொரு சிறுவரும் நாம் வாழும் சூழலை, சமூகத்தை மேம்படுத்துவது இன்றியமையாத கடமையாகும். ஒவ்வொருவருக்கும் தத்தமக்கென்று ஒரு கலாசாரம் இருக்கின்றது. பண்பாடு இருக்கின்றது, காலம் காலமாகப் பரம்பரை பரம்பரையாகப் பேணப்பட்டு வந்து மரபுகள், பாரம்பரியங்கள் எதிர்காலத்தில் பேணப்பட வேண்டும். இவற்றுக்கும் இளைய தலைமுறையினரே பொறுப்பு. ஒவ்வொரு சிறாரும் வளர்ந்து பின்னர் முதியவர்களாகவிருக்கும் பெற்றோரை அருகிலிருந்து அன்புடன் பராமரிக்க வேண்டும்.

நாட்டின் வீழ்ச்சியடைந்த பெருளாதாரத்தைக் கட்டியெழுப்ப ஊன்றுகோல்களாக இருத்தல் வேண்டும். சமூகத்தில் இடம்பெறும் கொலை, களவு, ஊழல் முதலிய தீயசெயல்களுக்கு எதிராக செயற்பட்டு அவற்றை சமூகத்திலிருந்து களைவதற்குப் பொறுப்பாக நின்று செயற்படல் வேண்டும். வன்முறை, அராஜகம் முதலியன நாட்டிலிருந்து ஒழிக்கப்படல் வேண்டுமானால் அவற்றிற்கு எதிராக குரல்கொடுத்து மனித சமூகத்தையும் எம் மானமுள்ள மானிட சமூகத்தை உருவாக்குவதில் முன்னின்று எமது இளைய சமுதாயத்தினர் உழைக்க வேண்டும் ஆகும்.

மாணவர்கள், சிறுவர்கள் ஏனைய மதங்களை மதித்தல், ஏனைய இனத்தின் கலாசாரங்களை மதித்தல், சகோதரத்துவம் போன்ற நல்ல பண்புகள் வளர்த்தெடுக்கப்பட வேண்டும். இன்றைய சிறுவர்கள் மூலம் நாளைய சமுதாயம் தலைநிமிர்ந்து ஒளிமயமாக விளங்க இளைய தலைமுறையினர் மேற்கூறிய பொறுப்புக்களுடன் செயற்படவேண்டும்.

இன்றைய சிறுவர்கள் நாளைய தலைவர்கள், எனவே நாளைய தலைவர்கள் இன்று எங்கள் கையில் உள்ளார்கள்.

இவர்களை நல்லவர்களாக, வல்லவர்களாக மாற்றி
எதிர்காலத்தை ஒளிமயமாக்க முன்வருவோமாக.

தி.பவித்திரன்

இளையோர்கழகம், அஞ்சலி அகம்

PUBLIC LIBRARY JAFFNA

தும்பளை தாவீது அடிகளின் மொழிகள் பற்றிய ஆய்வுப் பின்னணிக்களம்

எமது நாட்டில் மொழித்துறையில் ஆய்வுகளை மேற்கொண்டு புதுமை மிக்க கருத்துக்களை 20ம் நூற்றாண்டில் வெளிப்படுத்திய பன்மொழி வல்லுநர்களில் ஒருவராகத் திகழ்ந்தவரே 01.06.1981ல் மறைந்த தும்பளை தாவீது அடிகளாவார். தும்பளை தாவீது அடிகளின் மறைவின் பின் ஆண்டு தோறும் அவரை நினைவு கூர்ந்து, அஞ்சலி செலுத்தி தும்பளை தாவீது அடிகள் நினைவுக்குழு அவரைக் கௌரவிக்கின்றது.

தும்பளையில் பிறந்து வளர்ந்தாலும், தன் தந்தையார் தாவீதுப்பிள்ளை யாழ் புனித பத்திரிசியார் கல்லூரியில் ஆசிரியராகப் பணிபுரிந்த காலத்தில் (20ம் நூற்றாண்டின் முற்பகுதியில்) அக் கல்லூரியிலேயே ஆங்கில மொழி மூலம் கல்விகற்க ஆரம்பித்து, லண்டன் மற்றிக்குலேசன் (London Matriculation) பரீட்சையில் சித்தியடைந்து, அதனைத் தொடர்ந்து லண்டன் பல்கலைக்கழகக் கல்லூரியில் கலைமாணிப் பட்டப் படிப்பை சிறப்பு நிலையில் முடித்துக் கொண்டபின், அவரின் தந்தையார் கற்பித்த கல்லூரியாகிய யாழ் புனித பத்திரிசியார் கல்லூரியில் ஆசிரியராக 1936 தொடக்கம் 1966 வரை பணியாற்றினார்.

நல்லூர் சுவாமி ஞானப்பிரகாசரும் தாவீது அடிகளும்.

நல்லூர் சுவாமி ஞானப்பிரகாசர் (1875 - 1947) 20ம் நூற்றாண்டின் முற்பகுதியில் மேற்கொண்ட மொழி ஆய்வுகள், அவர் எழுதிய வரலாற்று நூல்கள் முதலியவற்றை கற்றறிந்த, தாவீது அடிகள் அவற்றால் ஈர்க்கப்பட்டு, சுவாமி ஞானப்பிரகாசர் மீது அபிமானங்கொண்டு, அவருடன் நெருங்கிய தொடர்பு ஏற்படுத்தியமையே, தாவீது அடிகளுக்கு மொழி ஆய்வுகளை மேற்கொள்ளத்தூண்டுகோலாய் அமைந்தது. மேலும் தாவீது அடிகள் தனது கலைமாணிப்பட்டப் படிப்பிற்கு வரலாற்றை ஒரு பாடமாகக் கற்று அதில் முதலாம் தரத்தில் (1st Class Honours in History) சித்தியடைந்து, வரலாற்றை கல்லூரியில் கற்பித்ததோடு, வரலாற்றில் அவருக்கு ஈடுபாடு இருந்தமையினால் தமிழ் மொழி போன்ற மொழிகளின் வரலாற்றை அறியவும் முனைந்தார்.

19ம் நூற்றாண்டின் பிற்பாதிப் பகுதியில் மேலைத்தேய அறிஞர்கள் கீழைத்தேசங்களின் வரலாற்று ஆய்வுகள் நடாத்தி கீழைத்தேய பண்பாடு, மொழிகள், சமயங்கள், இலக்கியங்கள் பற்றிய கருத்துக்களை வெளியிட்டனர். இது 20ம் நூற்றாண்டின் முற்பகுதியிலும் தொடர்ந்தது. இக் காலத்திலேயே தொல்பொருள் ஆராய்ச்சிகள் நடாத்தப்பட்டு, பூர்வகுடிகளின் இனங்களில் (Ethnology), மானிடவியல் (Anthnopology) ஆகிய துறைகள் மூலம் வரலாற்றுத் தகவல்கள் வெளியிடப்பட்டன. முக்கியமாக இந்தியா, இலங்கை போன்ற நாடுகளில் மேற்கொள்ளப்பட்ட புராதன வரலாற்று ஆய்வுகளின் படி இந்திய, இலங்கை பூர்வ மனித இனங்கள் ஆரியர், திராவிடம் என்றுபாகுபடுத்திக் காட்டப்பட்டதோடு ஆரியரின் வருகையோடு இலங்கை வரலாறு ஆரம்பிக்கிறதென்றும், சிங்கள மொழி பேசும் மக்கள் ஆரிய வம்சத்தவர் என்றும், அவர்கள் இந்தியாவினதும், இலங்கையினதும் பூர்வகுடிகள் திராவிடர் என்றும், தமிழ், தெலுங்கு, மலையாளம் போன்ற மொழி பேசும் மக்களுக்கும், தமிழ்மொழி பேசும் மக்களுக்கும் இடையே விரிசலையும் பகைமை உணர்வையும் குரோத மனப்பான்மையும் 20ம் நூற்றாண்டின் பிற்பாதிப் பகுதியில் ஏற்படுத்தக் காரணமாக அமைந்தது எனலாம்.

இந்தப் பின்னணியிலேயே நல்லூர் சுவாமி ஞானப்பிரகாசர் மேற்கொண்ட மொழிகள் பற்றிய ஆய்வுகளின் முடிவுகளின் படி சிங்கள மொழியும் ஒரு மொழியிலிருந்து பிறந்தவையே என்ற கருத்தை சுவாமி ஞானப்பிரகாசர் தனது சொற்பிறப்பியல் ஆய்வுகளின் அடிப்படையில் விளக்கிக்காட்டினார். இக்கருத்தினை மொழி ஆய்வாளர்கள் சிலர் மறுத்துத் தங்கள் வாதங்களை வெளியிட்டனர். இவ்வாறு தமிழ், சிங்களம் ஆகிய இருமொழிகளுக்கும் உள்ள தொடர்புகள் பற்றி சுவாமி ஞானப்பிரகாசர் வெளியிட்ட கருத்துக்களை தாவீது அடிகள் அறிந்து கொள்ளச் சந்தர்ப்பம் ஏற்பட்டது. இந்நிலையிலேயே 1975ம் ஆண்டில் “My Saintly Guru” என்ற தலையங்கத்தின் கீழ் எழுதிய கட்டுரையில் சுவாமி ஞானப்பிரகாசர் கூறிய கருத்துக்களை மறுத்தோரை தாவீது அடிகள் கடுமையாகச் சாடினார்.

“ஆங்கில இலங்கை” யில் ஆங்கில மொழி மூலம் கல்விகற்ற தாவீது அடிகள் தான் புனித குருவாக மதித்து ஏற்றுக்கொண்ட நல்லூர் சுவாமி ஞானப்பிரகாசரிடம் தமிழ்மொழி ஒதுக்கப்பட்ட காலத்தில் (அதாவது 19ம் நூற்றாண்டின் பிற்பாதி தொடக்கம் 20ம் நூற்றாண்டின் முற்பாதிவரை) தன் தாய் மொழியாகிய தமிழை முறையாகக் கற்க வேண்டிக்கொண்டு அவரிடம் சென்றார். ஆனால் சுவாமி ஞானப்பிரகாசர்

அவரை முதலில் சமஸ்கிருதம் கற்றுக்கொள்ளும்படி தூண்டினார். சமஸ்கிருதம் கற்றுக்கொடுத்த போது சுவாமி ஞானப்பிரகாசரே வியக்கும் அளவுக்கு தாவீது அடிகள் சமஸ்கிருதத்தை சாமர்த்தியமாகக் கற்றுக் கொண்டார். சமஸ்கிருத மொழியில் பாண்டித்தியம் பெற்ற தாவீது அடிகள் 1949ம் ஆண்டில் லண்டன் பல்கலைக்கழகத்தில் சமஸ்கிருத்தத தில் முதுமாணிப்பட்டத்தைப் பெற்றுக் கொண்டார். அதனால் அவர் சுவாமி ஞானப்பிரகாசரின் வேண்டுகோளின் படி "சொற்பிறப்பியல்" துறையில் ஆய்வுகளை நடத்தக்கூடிய தேர்ச்சியை அடைந்தார். அவர் இந்தோ ஆரிய மொழிகளில் (அதாவது பாளி, பிராகிருதம்) ஆகியவற்றில் பாண்டித்தியம் பெற்றுக் கொண்டமையினால் சுவாமி ஞானப்பிரகாசர் மேற்கொண்ட "சொற்பிறப்பியல்" ஆய்வுகளை 1947ம் ஆண்டில் சுவாமி ஞானப்பிரகாசர் மறைந்த பின் தொடரத் தகுதியும் வாண்மையும் உடையவரானார்.

தனிநாயகம் அடிகளும், (1913 - 1980) தாவீது அடிகளும் (1907 - 1981)

1940களில், தாவீது அடிகளாருக்கும் (1907 - 1981) அவருடைய சமகாலத்தவரான தமிழ்த்தூது தனிநாயகம் அடிகளாருக்கும் (1913 - 1980) நெருங்கிய பிணைப்பு ஏற்பட்டது. 1947ம் ஆண்டில், தவத்திரு தனிநாயகம் அடிகள் தமிழில் ஆற்றிய சொற்பொழிவுகளை கேட்கும் வாய்ப்பு தாவீது அடிகளுக்கு ஏற்பட்டதினால், தனிநாயகம் அடிகளைப் பின்பற்றித் தமிழ் மொழியை தானும் ஆழமாகக் கற்றுக் கொள்ள வேண்டுமென்ற அவா அவருக்கு எழுந்தது என்று தாவீது அடிகளாரே கூறியிருக்கிறார். "என்னை நன்றாக இறைவன் படைத்தனன் தன்னை நன்றாகத் தமிழ் செய்யுமாறே" என்ற திருமூலர் திருமந்திரத்தின் மந்திரத்தை தன்தாரக மந்திரமாக ஆக்கிக் கொண்ட தமிழ்முனி தனிநாயகம் தன் சமகாலத்தில் வாழ்ந்தவரான தாவீது அடிகளுக்கு முன்னுதாரணமாக விளங்கினார் எனலாம். முக்கியமாக தமிழ்ப்பற்றாளனாக, தமிழ் இலக்கியங்களை ஆய்ந்து அவ்விலக்கியங்களில் காணப்பட்ட தமிழின் செழுமையை, செம்மையை, 1950 களில் தமிழை அறியாதவேற்று மொழி அறிஞருக்கு தனிநாயகம் அடிகளார் 1952ல் வெளியிட்ட Tamil Culture என்ற இதழில் எழுதி ஆங்கிலக் கட்டுரைகள் மூலம் தமிழின் பெருமையை எடுத்துக்காட்டிய கட்டுரைகளை வாசித்த தாவீது அடிகளும் தமிழ் மொழி மீது மோகம் கொண்டார்.

இவ்வாறு தமிழ்மொழியில் ஈடுபாடும் கரிசனையும் கொண்ட தனிநாயகம் அடிகளாரும் தாவீது அடிகளாரும் நெருங்கிய தொடர்பு கொள்வதற்கு தமிழ் மொழியே உறவுப் பாலமாக அமைந்தது எனலாம்.

இவ்விருவரும் 1950 களில் மேற்பட்டப்படிப்புகளை மேற்கொண்டனர் தாவீது அடிகள் தமிழ்மொழியின் தொன்மையினை ஆய்ந்தறிய தொல்காப்பியம் என்ற நூலினை ஆய்வுப் பொருளாக எடுத்து அதன்மூலம் (தமிழில்) கலாநிதிப் பட்டத்தினை 1952ல் லண்டன் பல்கலைக்கழகத்தில் பெற்றுக்கொண்டார்.

மேலும், தாவீது அடிகளுக்கும் தனிநாயகம் அடிகள் வெளியிட்ட "Tamil Culture" என்ற (ஆங்கில) காலாண்டு இதழில் தாவீது அடிகள் ஏறத்தாழ 12 ஆய்வுக் கட்டுரைகளை எழுதியுள்ளார் இச்சஞ்சிகை மேலைநாட்டு மொழி அறிஞர்களின் கைகளுக்கும் சென்றமையினால் தாவீது அடிகள் எழுதிய தமிழ் மொழி மற்றும் பழந் தமிழ் இலக்கியம் சம்பந்தமான கட்டுரைகளை ஏனையோரும் வாசித்துக் கொள்ளும் வாய்ப்பு ஏற்பட்டது.

மேலும், தாவீது அடிகளும், தனிநாயம் அடிகளும் அவரவர் ஆராய்ச்சிகளின் வெளியீடுகளை ஒருவர்க்கு ஒருவர் பரிமாறும் சநதர்ப்பங்கள் ஏற்பட்ட வேளைகளில் ஒருவர்க்கு ஒருவர் பாராட்டுக்களைத் தெரிவித்து, ஆய்வுகளைத் தொடர ஊக்கமளித்தனர் என்பதை அவர்கள் இருவருக்குமிடையில் நிகழ்ந்த கடிதத்தொடர்புகளிலிருந்து அறிந்து கொள்ளலாம். தாவீது அடிகளுக்கு தனிநாயகம் அடிகளார் 1970 செப்ரெம்பர் 21ம் திகதி பேராதனை பல்கலைக்கழக வளாகத்திலிருந்து எழுதிய தபால் அட்டையில் பின்வருமாறு உள்ளது.

(I thank you for your post card dated 6 - 1 - 70 which I received on my return from Europe Please put me down as a subscriber for your book. Wishing your endeavours all the sucess that they deserve")

இத் தபால்அட்டையில் எழுதப்பட்டதன் தமிழாக்கம் பின்வருமாறு "நான் (தனிநாயகம் அடிகள்) ஐரோப்பாவிலிருந்து திரும்பிய பின் 6.6.1970ம் திகதியிட்டு நீங்கள் அனுப்பிய தபால் அட்டைக்கு நன்றி. உங்களுடைய புத்தகத்திற்கு தயவுசெய்து என்னை ஒரு சந்தாதாரராகச் சேர்த்துக் கொள்ளவும் உங்கள் புத்தகங்களின் தரம் காரணமாக அவைகளை எழுதுவதற்கு எடுக்கும் முயற்சிகள் அனைத்தும் வெற்றி பெற ஆசிக்கிறேன்."

1970 செப்ரெம்பர் 28ல் இன்னொரு தபால் அட்டையில் தனிநாயகம் அடிகளார் தாவீது அடிகளுக்கு அணிந்துரை தொடர்பாக எழுதிய விடயத்தின் ஒரு பகுதி பின்வருமாறு:

அன்பான தாவீது சுவாமிகளே! (உங்களுடைய நூலுக்கு) முகவுரையோ அல்லது அணிந்துரையோ இந்தியாவில் அல்லது இலங்கை

யிலுள்ள பேராசான்கள் அல்லது துணைவேந்தர்களிடமிருந்தோ பெறுவதை நீங்கள் குறித்த பேராசான்களிடமிருந்து அணிந்துரை அல்லது சிபார்சு தேவையில்லை... உங்கள் நூல் அதன் சிறப்புடனேயே வாழும் என்பதை நான் உணர்கிறேன், என்று தனிநாயகம் அடிகளால் அத்தபால் அட்டையில் எழுதினார்.

மேலே குறிப்பிட்ட இரு தபால் அட்டையில் எழுதப்பட்டவை மூலம் தமிழ்த்தூது தனிநாயகம் அடிகளார் எவ்வளவு தூரம் தாவீது அடிகளின்ஒப்பியல்ஆய்வு நூல்அதியுயர்தரம்வாய்ந்தது என்று சுட்டிக்காட்டுவதை அவதானிக்கலாம். தாவீது அடிகளின் மீது தனிநாயகம் அடிகள் பெருமதிப்புக் கொண்டுள்ளதையும் தாவீது அடிகளின் மொழி ஆய்வுகளின் ஆழத்தினை நன்கு கணித்திருக்கிறார் என்பதையும் நாம் இங்கு கண்டு கொள்ளலாம்.

தாவீது அடிகள் மேற்கொண்ட மொழிகளின் ஒப்பீட்டு ஆய்வுகளின் பின்னணியில் நின்று ஆக்கமும் ஊக்கமும் கொடுத்த பன்மொழி அறிஞர் நல்லூர் சுவாமி ஞானப்பிரகாசர் அடிகளாரும் (1875 - 947) தமிழ்த்தூது தவத்திரு தனிநாயகம் அடிகளாரும் (1913 - 1980) தமிழ் கூறும் நல்லுலகம் என்றும் மறவாது பாராட்டப்பட்டு நினைவு கூரப்படவேண்டியவர்களாவர்.

இம் மூவரும் யாழ் மண்ணின் மைந்தர்களாவதோடு இம் மூன்று முத்தான கத்தோலிக்க துறவிகள் தமிழியல் பணிகளில் ஈடுபட்டு தமிழ் மொழி, தமிழர் வரலாறு, தமிழர் பண்பாடு, தமிழ் இலக்கியம் ஆகிய துறைகளில் கணிசமான பங்களிப்புச் செய்துள்ளனர் என்பதை எவரும் மறப்பதற்கில்லை. இவ்வாண்டு தமிழ்த்தூது தனிநாயகம் அடிகளாரின் பிறந்த நூறாவது ஆண்டு என்பதை இங்கு குறிப்பிடுவதோடு, அவரையும் இவ்வாண்டில் சிறப்பாக நினைவு கூர்வது தமிழ் மக்களின் கடமையாகும்.

தாவீது அடிகள் 1981ல் யூன் முதலாம் திகதி மறைந்தாலும், அவரின் சீரிய ஆய்வுக்கருத்துக்களை மீட்டிப் பார்த்து, எம் நாட்டு மக்கள் அனைவரும் அவர் விரும்பிய ஐக்கியம். ஒருமைப்பாடு, சமாதானம், சகோதரத்துவம் ஆகியவற்றை சீரிய இலங்கை சிறிலங்காவில் நிலைநாட்டி இன, மொழி, மத பேதங்கள் அற்ற நல்லதோர் இணக்கப்பாடுடைய சமூகத்தைக் கட்டியெழுப்பிக் கொள்வதே நாம் அவருக்குச் செலுத்தும் அஞ்சலியும் நன்றியும் ஆகும்.

-திரு. சீ. அந்தோனிமுத்து-
தும்பளை தாவீது அடிகள் நினைவுக்குழு
இணைப்பாளர்

சிந்தனைக்கு.....

வாழ்க்கை என்பது ஒரு வழிப்பயணம் அதனைத் திரும்பிப் பார்க்கமுடியும் ஆனால், திரும்பிப் போக முடியாது என பலர் சொல்லக் கேட்டதுண்டு. எனினும் அதனை நாம் சிந்தையில் கொள்வதில்லை. என்ன மதம் ஆனாலும், எந்த மொழி பேசினாலும் அனைவருக்கும் இறப்பு ஒன்றே இதை சிந்தையில் கொண்டால் வாழலாம் நன்றே.

நாம் பேசுகின்ற வார்த்தைகள், எம் உள்ளத்து சிந்தனைகளின் பிரதிபலிப்பே. சில நேரம் மௌனம் கூட எம்முள் ஆயிரம் வார்த்தைகள் பேசும். வாழ்க்கைப் பயணத்தில் எத்தனையோ உறவுகள், எத்தனையோ சோதனைகள், எத்தனையோ சாதனைகள், எத்தனையோ வேதனைகள் அத்தனையும் உன் முயற்சியையும் தாண்டிய, ஏதோ ஒரு சக்தியின் பிரதிபலிப்புதான். இதை இறைநம்பிக்கை என்றும் சொல்லலாம், மன வலிமை என்றும் சொல்லலாம்.

எம் சிந்தனை தெளிவு பெற்றால் எம் உள்ளம் தூய்மையாகும். மனிதனது மனம் குரங்கு போன்றது. மனிதன் பலவீனமானவன் தான். அதனாலேயே நாம் இலகுவாக உணர்ச்சிகளுக்கு அடிமையாகின்றோம். அந்த உணர்ச்சிகளுள் சில எம்முள் ஒரு வேகத்தை ஏற்படுத்தி எம்மை முன்னேற்றப்பாதைக்கு இட்டுச் செல்வதும் உண்டு.

தவறின்றி மனிதன் இல்லை. மனமாற்றம் இன்றி மனித உறவுகள் இல்லை. அறிவுரை கூறும் அனைவரும் தூய வழியில் சென்றோரும் அல்ல, அறிவுரை கூறும் அனைவரும் அதற்குத் தகுதியற்றவர்களும் அல்ல. அறிவுரை பெறுவோர் யாவரும் தாழ்ந்தோரும் அல்ல. இன்று சமுதாயத்தில் இருக்கும் எம்முள் பலர் அடுத்தவரை தீர்ப்பிடுவதிலேயே தமது காலத்தை செலவிடுகின்றனர். உண்மையை நோக்குமிடத்து யாரும் யாரையும் தீர்ப்பிடும் உரிமையோ அல்லது தகுதியோ யாருக்குமே இல்லை இதை உணர்ந்தாலே பிரச்சினை இல்லை.

அறிவுரைகளை கூறுபவர்கள் அனுபவரீதியாகப் பாதிக்கப்பட்டவர்களாக இருக்கும் போது சமூகத்துள் அந்த அறிவுரை மறுக்கப்படுகின்றது. ஆனால், உண்மையாக ஏற்றுக்கொள்ளப்பட வேண்டியது அந்த அறிவுரைதான், ஏனெனில், சூடு கண்ட பூனைக்கே அடுப்பங்கரை சூடு தெரியும்.

அஞ்சலி

வாழ்க்கைக்கு ஆயிரம் அறிவுரைகள் சொல்லப்பட்டிருக்கலாம். ஆனால், நாம் சிந்திக்க மறந்த சில நிஜங்கள்..

உன் வாழ்வில் உன் மரணம் உனக்கே தெரியாது அதற்குள் நீ தலைவிரித்து ஆடுகின்றாய் தலைகால் புரியாது.
தீர்ப்பிட நீ சுற்றவாளியும் அல்ல. தீர்ப்பிடப்படுவோர் அனைவரும் குற்றவாளியும் அல்ல.

அறிவுரைகள், சொல்பவரைப் பொறுத்தது அல்ல. சொல்லப்படுவதைப் பொறுத்தது.

எண்ணங்களை வார்த்தையாக மாற்றுமுன் மௌனமாக உரையாடு. அதுவே, சிறந்த மறுமொழி தரும்.

மனசாட்சியை அடகு வைக்காதே, அது மட்டும் தான் உன் செயல்களுக்கு அத்தாட்சி.

பிறர் நிலையில் சிந்தித்துப் பார்த்து செயற்படும் போது பிரிவுகளும், நெருடல்களும் வேதனைகளும் தூர விலகும்.

உனக்காய் ஒரு கொள்கை வகுத்துக்கொள். அதில் பிறருக்காய் சிறிது நேரம் ஒதுக்கிக் கொள். உன் கொள்கையை எப்போதும் சிந்தையில் நிறுத்திக் கொள். அதற்காய் ஒரு பாதையை வகுத்துக்கொள். என்றுமே மனித நேயத்தைக் கருத்திற் கொள்.

என எத்தனையோ விடயங்களை மறந்து வாழ்கின்றோம். உன் வாழ்வை ஒரு நிமிடம் திரும்பிப் பார். நீ வந்த பாதையும் புரியும், நீ சென்று கொண்டிருக்கும் பாதையும் புரியும், உன் பயணத்தின் முடிவும் புரியும்.

- M.நிரோஷா -
3ம் வருட ஆசிரியப் பயிலுனர்
அட்டாளைச்சேனை...

கடந்து வந்த எம் முட்பாதைகளுக்கு முற்றுப்புள்ளி வைப்போம்...!

கடலோரக் கனவுகள்
கவிபாடும் நினைவுகள்
கடந்து வந்த பாதைகள்
சுழன்று திரிந்த வீதிகள்
துள்ளித் திரிந்த போதெல்லாம்
பின்னால் துயரம் வருமென்று
எண்ணவில்லையே!
நடந்த பாதைகள் திரும்பிடுமா?
கடந்த காலங்கள் இனி வருமா?
கடந்த பாதையெல்லாம் தேய்பிறையாய்
எண்ணி...
வளர் பிறையை எம்மில்
வரவேற்போம்.

கடந்த எம் வாழ்வை தேய்பிறையாய் எண்ணி அதற்கு முற்றுப்புள்ளி வைப்பது என்பது மிகவும் கடினமான ஒன்று. நாம் முன்னேறுவதற்கு முக்கியமான வழிகளில் ஒன்று முற்றுப்புள்ளி வைக்கக் கற்றுக் கொள்வது தான். இதை எம் வாழ்க்கையில் பழகிக்கொள்ள நாம் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். வாழ வழிகளை சொல்வது மிக எளிது. வாழ்வதும், வாழ்வில் அந்த வழிகளை நடைமுறைப்படுத்துவதிலும், பிரச்சினைகள் அதிகம். இதற்கு காரணம் நாம் பல தேவையற்ற விடயங்களை முடித்துவிடாமல் எம் மனதில் புதைத்து வைத்திருப்பதுதான். இவற்றிற்கு நாம் முற்றுப்புள்ளி வைக்க கற்றுக் கொண்டால், “வாழ்வில் நடந்த கதை முடிந்து விடும். புதிய வாசல் திறந்து விடும்”

நடந்த கதை முடிந்து விடும் என்றால் அதை எம் மனதில் இருந்து தூக்கி எறிந்து விடுவது என்பது அல்ல. அதை உணர்ந்து உறுதியாய் முடிவெடுப்பது. எங்கே முற்றுப்புள்ளி வைப்பது? எப்போது தொடர்ச்சியை அனுமதிப்பது என்ற கேள்விக்கு இயல்பான விடை - எவை நமக்கு இன்னலும், சிக்கலும், துயரமும் தருபவையாக இருந்து எம் வாழ்வை நிமிடத்திற்கு நிமிடம் சீரழித்துக் கொண்டிருக்கின்றனவோ அவற்றுக்கு முதலில் முற்றுப்புள்ளி வைக்க வேண்டும். இதே போல், எவை நமக்கு அமைதியும், இன்பமும் தந்து எம் வாழ்வை வாழ வைத்துக்

கொண்டிருக்கிறதோ அது தொடர வேண்டும். எந்த விடயத்திற்கும் ஒரு தொடக்கம், முடிவு என்று இருக்கும். இது விதிவிலக்குகள் இல்லாத விதி. ஆனால் நாம் வாழ்க்கையில் சில விடயங்களை ஆரம்பிக்கிறோம், முடிப்பதில்லை சில நேரம் முடிந்து விட்டதாய் ஆகிவிட்ட விடயங்களைக் கூட முடிக்க மனமில்லாமல் மனதினுள்ளே போட்டு பூட்டி வைத்து முடித்து விட மனமில்லாமல் வாழ்நாள் முழுவதும் இழுத்துக் கொண்டே போகிறோம்.

"நடந்த கதை முடிவதில்லை மனிதன் வீட்டினிலே
முடிந்த கதை தொடர்வதில்லை இறைவன் ஏட்டினிலே"

கடந்த காலங்கள் இனிவருமா? எம் வாழ்வினிலே எனவே எம் கடந்த பாதைகளுக்கு முற்றுப்புள்ளி வைப்போம்.

ஒரு நல்ல ஓவியனுக்கு இதற்கு மேல் எந்த வண்ணப்பூச்சும் தேவையில்லை என்று தெரியும். திட்டமிட்டு இன்னும் இரண்டு கோடுகள் என்று ஓவியர்கள் போட்டு முடிப்பதில்லை. இயல்பாகவே அந்த முடிவு அமைகிறது. இதற்கு காரணம், ஓவியம் என்ற கலையை அவர்கள் கற்றவிதம், பழகிக் கொண்ட விதம், அனுபவம், ஆற்றல் இவையே அந்த முடிவெடுக்க வைக்கின்றன. நல்ல வாழ்வும் ஓவியம் போலத்தான். சிறப்பான ஓவியம் கலைஞனுக்கு மட்டுமல்ல, பார்வையாளனுக்கும் மகிழ்ச்சி தருவது போலத்தான். நல்ல வாழ்க்கை வாழ்பவனுக்கும் இன்பத்தைக் கொடுத்து அவனைச் சார்ந்தவர்களுக்கும் மகிழ்ச்சி ஊட்டக் கூடியது. இது அமைய எது? எங்கே? முடிய வேண்டும் என்று உணர்ந்து செயல்படுவது மிக மிக அவசிய மாகிறது.

ஒரு நல்ல ஓவியனுக்கு இதற்கு மேல் எந்த வண்ணப்பூச்சும் தேவையில்லை என்று தெரியும். திட்டமிட்டு இன்னும் இரண்டு கோடுகள் என்று ஓவியர்கள் போட்டு முடிப்பதில்லை. இயல்பாகவே அந்த முடிவு அமைகிறது.

நம் ஆசையும், ஆர்வமும், ஆயிரம் கனவுகளை வளர்க்கலாம். அதில் எந்தக் கனவு நமக்குப் பொருத்தமோ அது தான் எமக்குக் கிடைக்கும். எது? நமக்குப் பொருத்தம் என்று நாம் தெரிந்து கொள்வதற்கு தடையாக இருப்பதே நம் ஆசைகளும், கனவுகளும்தான். அதற்காக ஆசைகளைத் துறந்து கனவுகளை ஒதுக்கி விட்டு வாழ்வதல்ல. மாறாக சாத்தியமற்ற ஆசைக்கு முற்றுப்புள்ளி வைப்பதே. ஆசைகள் கூடாது

என்பதல்ல. எது நம்மால் முடியுமோ? அதற்கே நாம் ஆசைப்பட வேண்டும்.
“சாத்தியமானது எதுவோ அதுவே வேதம்” ஆசைகள் பற்றிப்பிடித்து மனித இதயத்தில் வேரூன்றி விடுவது இயல்பு. எனவே! ஆசைகளுக்கு அடிமையாகி எம் வாழ்வை சீரழிக்காமல் “இந்தப் பழம் புளிக்கும்” என நினைத்துக்கிடைக்காத ஒன்றை விட்டு விடுவோமே!

ஒரு விடயம் முடிந்து விட்டது என்பதை முதலில் நாம் ஏற்க வேண்டும். எம் வாழ்வில் நாம் இழக்கக்கூடாத எதை எதையோ இழந்திருக்கலாம். பிரியக்கூடாது என்று நினைத்த உறவுகளைப் பிரிந்திருக்கலாம். இது எம் வாழ்வில் நடந்த ஒரு விபத்து. அது மீண்டும் கிடைக்காது என்று தெரிந்தும் அதற்காக போராடி எம் வாழ்வே ஒரு போர்க்களம் என்று வாழ்ந்தால் நாம் வாழ்வதில் என்ன பயன்? “தீயைத் தொடுவதில்லை” என்று தீர்மானிப்பது அச்சத்தினால் அல்ல. அநாவசியமாய் நம்மைத் துன்புறுத்திக் கொள்வதைத் தவிர்த்துக் கொள்ளத்தான். எனவே அநாவசியமாய் எம்மைத் துன்பப்படுத்தி நிமிடத்திற்கு நிமிடம் காயப்படுத்திக் கொண்டிருக்கும் எம் கடந்தகால கசப்பான வாழ்க்கைக்கு முற்றுப்புள்ளி வைப்போம்.

ஒன்று முடிந்தால் தான் மற்றது தொடங்கும். புதியதை ஆரம்பிக்கவும், மேலும் வளரவும் பழையது முடிவது தான் எம் வாழ்வை நல்ல பாதையில் பயணிக்க வைக்கும். போன வருடமே நினைவில் இருந்தால் புதிய வருடம் வீணாய் போய்விடும். ஒவ்வொரு நாளும், நிமிடமும் புதிதுதான். நேற்றிலேயே இருந்தால் எம் வாழ்வு சீரழியும். நாளையும் புதிய பாதை தொடராது. முடிந்தவற்றை மறப்பதை விட அதன் பிரச்சனைகளுக்குத் தீர்வு கண்டு, அதன் படிப்பினைகளை உணர்ந்து நடக்கப்போவதை ஏற்க அதற்கு முற்றுப்புள்ளி வைப்போம். இனி வரும் புதிய நாட்களையும், புதிய நிமிடங்களையும், புதிதாய் வரவேற்று புதிய பாதையில் எம் கால்களை நகர்த்துவோம்.

வாழும் வரை மகிழ்ச்சியான வாழ்வு வாழ எம் மனம் தான் சாதனம். “மனமிருந்தால் பறவைக்கூட்டில் மான்கள் வாழலாம். துணிந்துவிட்டால் தலையில் எந்த சுமையும் தாங்கலாம்”

சிரிப்பலை....

நமக்கு நாமே பகையா?

ஓர் அடர்ந்த அழகான இயற்கைக்காடு. அந்தக் காட்டில் கடவுளைக் கண்டுவிட வேண்டும் என்ற ஆர்வத்தோடு ஒருவர் கடுமையாகத் தவம் செய்தார்.

ஒருநாள் அவர் பொறுமை இழந்தார்! "கடவுளே நீர் எனக்குக் காட்சி தரவே மாட்டீரா?" என்று கத்தினார்.

ஓர் அழகான மின்னல் வெட்டியது.

துறவி கண்ணை மூடிக்கொண்டார்! "என்னோடு பேசவே மாட்டீரா?" என்றார்.

இடி முழக்கம் கேட்டது! பறவைகள் இசைபாடின. துறவி காதை மூடிக்கொண்டார்! "என் எதிரே வந்து அமர மாட்டீரா?" என்றார்.

ஓர் அழகான ஆண் மயில் அவருக்கு முன்னால் வந்து தோகையை விரித்தது! நடனமாடியது!

துறவி கல்லை எடுத்து வீசி மயிலை விரட்டினார்! "என்னைக் கட்டித் தழுவிக்கொள்ள மாட்டீரா?" என்றார்.

சில்லென்ற சாரல் காற்று அவர் உடலைத் தழுவியது!

துறவி உடலைச் சிலிர்த்துக்கொண்டார்! "கடவுளே! எனக்கு ஒரு நல்லாசியாவது சொல்லமாட்டாயா?" என்று கேட்டார்.

அவர் அமர்ந்திருந்த மரத்தின் மேலிருந்து மலர்கள் அவர்மேல் விழுந்தன!

துறவி அந்த மலர்களைத் தட்டிவிட்டார்! தன் கோபம் தீரும்வரை கூவிக்கொண்டே இருந்தார்!

கடைசியாக, "கடவுளைக் காணவில்லை. அவரைத் தேடினாலும் அவர் கிடைக்கவே மாட்டார். அவரைத் தேடிப் பயனில்லை" என்று சொல்லிவிட்டு நடையைக் கட்டினார்.

நம்மைச் சுற்றியுள்ள இயற்கையிலும், உயிர்களிடத்திலும் கடவுளை உணர முடியாவிட்டால்....

நாமும் இந்தத் துறவியின் அன்பான வாரிசுகள் தானே?

நன்றி
சிரிப்போம் சிந்திப்போம்!

இன்பமயமான இல்லறவாழ்க்கைக்கு சில ஆலோசனைகள்

'திருமணம் செய்து கொள்ளுங்கள், நல்ல மனைவி கிடைத்தால் மகிழ்ச்சி அடைவீர்கள்'

(தத்துவஞானி சோக்கிரட்டீஸ்)

திருமணம் சொர்க்கத்தில் நிச்சயிக்கப்படுவதோடு அது ஆயிரம் காலத்து பயிராகவும் விளங்குகின்றது. திருமணத்தினை நடாத்தி முடிப்பதற்கு எடுக்கும் ஆயுதங்களோ எண்ணிலடங்கா. அதிலும் குறிப்பாக பெற்றோர்கள் படும்பாடோ குறிப்பிடத் தேவையில்லை. மணவாழ்க்கையை அமைத்துக் கொடுப்பதில் அவர்களின் பங்கு மகத்தானதாக விளங்குகின்றது. தமது பிள்ளைகள் நீடூழி, சிறப்பாக வாழ வேண்டும் என்ற ஒரே நோக்கத்திற்கேயாகும். அதனாலேயேதான் சாஸ்திரங்கள், சம்பிரதாயங்கள் பார்த்து திருமணத்தை ஒப்பேற்றி வைப்பார்கள்.

திருமணவாழ்க்கையானது ஆண், பெண் இருவரும் ஒருமனப்பட்டு வாழும் கல்விக்கூடமாகும். இதைவிட சிறந்த கல்விக்கூடம் உலகில் எதுவும் இல்லை என 'ஷா' என்ற அறிஞர் குறிப்பிடுகின்றார். அதனாலேயேதான் 'நல்லதொரு குடும்பம் பல்கலைக்கழகம்' என்பார். திருமணாவழ்க்கையின் பின்னா ஏற்பட்ட குடும்பம் என்பது ஒரு கோவிலாகும். கோவில் என்பது ஆன்மாக்கள் இலயப்படும் புனிதத்தன்மை கொண்டதாக விளங்குகிறது. அத்தகைய புனிதத் தன்மையை பேணுவது கணவன், மனைவியினுடைய பொறுப்பாகும். இப்புனிதத்தன்மையான இல்லறவாழ்க்கை இன்புற்று, சிறப்புற விளங்க கவனத்தில் கொள்ளளப்பட வேண்டிய சில ஆலோசனைகள்,

- ஒருவரையொருவர் அன்பு செலுத்துதல் வேண்டும். இல்லற வாழ்க்கையில் இது மிக முக்கியமானதொன்றாகும். குடும்பத்தில் அன்பு இல்லாமல் போகின்றபோது கணவனுக்கும், மனைவிக்கும் இடையே இடைவெளி ஏற்படுகின்றது. எனவே இத்தகைய நிலையினைத் தவிர்த்து கணவன் மனைவியிடமும், மனைவி கணவனிடமும் அன்பு செலுத்துதல் வேண்டும். அப்போதே வாழ்க்கை ஆனந்தமாக அமையும். அன்புதான் இன்பஊற்று,

அன்புதான் இன்பஜோதி, அன்புதான் உலக மகாசக்தி என கௌதமபுத்தர் குறிப்பிடுகின்றார். மேலும் இதுபற்றி வள்ளுவப் பெருந்தகை பின்வரும் குறட்பாவினூடாக தெளிவுபடுத்துகின்றார்.

'அன்பும் அறனும் உடைத்தாயின் இல்வாழ்க்கை
பண்பும் பயனும் அது'

❖ கணவன், மனைவி என்ற இருவரும் ஒருவரையொருவர் புரிந்து கொண்டு நடத்தல் வேண்டும். நெருக்கமான தொடர்பு ஏற்பட இந்நிலையும் இன்றியமையாததொன்றாகும். குடும்பங்களிடையே இத்தகைய தன்மை இல்லாத போது விரிசல்கள் ஏற்படுகின்றன. அண்மைக்கால ஆய்வுத் தரவுகளின்படி பல குடும்பங்களில் பிரச்சினைகளும், அதன் பின்னரான விவாகரத்துக்களும் நடைபெற்றுக் கொண்டிருக்கின்றன. இதற்கு கலாசாரம், பண்பாட்டைப் பேணும் யாழ்ப்பாணத்தவர்களும் விதிவிலக்கானவர்களல்ல. 'நெஞ்சு பொறுக்குதில்லை யாழ் மக்களை நினைத்து விட்டால்' என எண்ணத்தோன்றுது. எனவே வாழ்க்கை என்றால் என்ன? என்பதைத் தெரிந்து வாழப்பழகிக் கொள்ளுங்கள். வாழ்க்கை ஒளிமயமாக அமையும்.

❖ விட்டுக்கொடுப்பு இருத்தல் வேண்டும். குடும்பங்களிடையே உண்மையான அன்பும், விட்டுக்கொடுக்கும் தன்மையும் இருந்தால் அவர்களின் சந்தோசத்தினை யாராலும் தடுத்து நிறுத்த முடியாது. பொதுவாக அறிஞர்கள் 'மணவாழ்க்கையின் வெற்றி' என்பது 25 வீதம் அதிஸ்டம் எனவும் 75 வீதம் விட்டுக்கொடுத்து வாழ்தலிலும் தங்கியுள்ளது என்கின்றனர்.

❖ ஒருவரையொருவர் பாராட்டுதல் வேண்டும். கணவன் என்றாலும் சரி, மனைவி என்றாலும் சரி ஒருவர்மீது கொண்டுள்ள பாசத்தை மனத்திற்குள்ளே வைத்துக் கொள்ளாமல் புகழுங்கள், பாராட்டுங்கள். அப்போதுதான் மனதளவில் நெருங்குவீர்கள். எடுத்துக்காட்டாக மனைவி விருப்பமாக ஏதேனும் சாப்பாடு தேடிக்கொடுக்கின்ற போது கணவன் அதனை அன்போடு ஏற்று, முடிவில் பாராட்டத் தவறாதீர்கள்.

❖ ஏதேனும் தீர்மானங்களை எடுக்கும்போது கணவனும் மனைவியும்

கலந்தாலோசிக்க வேண்டும். குடும்ப வாழ்வில் மனைவியின் கருத்தைக் கணவனும், கணவனின் கருத்தை மனைவியும் ஆதரிக்க வேண்டும். மதிக்க வேண்டும் என்கிறார்கள் நிபுணர்கள். சில சந்தர்ப்பங்களில் கணவனோ, மனைவியோ தான்தோன்றித்தனமாக தீர்மானங்களை எடுத்துக் கொள்வார். எடுக்கப்பட்ட தீர்மானங்களில் ஒருவருக்கொருவர் உடன்பாடின்மை காணப்படுகின்ற போது பிரச்சினைகள் தோன்றுகின்றன. இந்நிலையை தவிர்த்து வாய்விட்டுப்பேசி எந்தவொரு செயலைத் தொடங்கத் திட்டமிடும்போதும், முடிவெடுக்கும்போதும் கலந்தாலோசித்தல் வேண்டும்.

❖ கணவனுடைய வளர்ச்சியில் மனைவி எப்போதும் பக்கபலமாய் அமைதல் வேண்டும். (There is a woman behind every man's success) அவனுடைய முயற்சியை பாராட்டி, ஊக்கப்படுத்திக் கொடுக்க வேண்டும். ஒரு மனிதன் நல்லவனாவதற்கும், கெட்டவனாவதற்கும் அவன் மனைவிதான் காரணம் என ஸ்பெயின் நாட்டுத் தத்துவம் கூறுகிறது. மேலும் மோட்டார் மன்னன் ஹென்றி போர்ட் 'எனக்கு மறுபிறவி என ஒன்று இருந்தால் அப்பிறவியிலும் இதே மனைவிதான் எனக்கு வேண்டும்' எனக் கூறினார்.

❖ மனம் விட்டுப் பேசுதல் வேண்டும். குடும்ப வாழ்க்கையில் ஏற்படும் இன்ப, துன்ப நிலமைகளில் ஒருவருக்கொருவர் நம்பிக்கைக்கு பாத்திரமான முறையில் மனம் விட்டுப் பேசுதல் வேண்டும். கணவன், மனைவிக்கிடையில் மனம் விட்டுப் பேசுவது குறையும் போதுதான் பிரச்சினைகள் ஆரம்பமாகின்றன. மனம் விட்டுப் பேசாத கணவன், மனைவிக்கிடையில் மனதளவில் பாரிய இடைவெளியொன்று இருப்பதைக் காணலாம். எனவே இதைத் தவிர்த்து மனம் விட்டுப் பேசி நல்ல தொடர்புகளை வைத்திருப்பது சாலச்சிறந்ததாகும். (பொதுவாக நல்ல தொடர்புள்ள குடும்த்தையே குடும்பம் என்று கூறமுடியும்) இதனால் அவர்தம் பிள்ளைகள் மனநிறைவாக வளரும் பாக்கியம் கிடைடியவர்களாக அமைந்துவிடுவர். இதனை வள்ளுவர்,

'மங்கலம் என்ப மனைமாட்சி மற்று அதன்
நன்கலம் நன் மக்கட்பேறு'

எனும் குறட்பாவினூடாக தெளிவுபடுத்துவதைக் காணலாம்.

❖ குடும்பத்தில் இல்லத்தரசியாக விளங்குபவளுக்கு இல்லறத்திற்குரிய நற்குணங்கள் காணப்பட வேண்டும். அவ்வாறில்லாவிடின், அந்த வாழ்க்கை செல்வத்தால் எவ்வளவு சிறந்தாலும் பயன் தராது. (இல்லறத்தானும் அதற்கு விதிவிலக்கானவனல்ல. நபிகள் நாயகம் "மனைவியரை மேன்மையானவர்களாக நடத்துபவர்கள்தான் மேலானவர்கள்" எனக்கூறுகின்றார்) இதனை வள்ளுவர் பின்வருமாறு கூறுகின்றார்.

"மனைமாட்சி இல்லாள் கண் இல்லாயின் வாழ்க்கை
எனைமாட்சித் தாயினும் இல"

❖ கணவனும் மனைவியும் சந்தர்ப்பவசத்தால் கூட நம்பிக்கை இழத்தல் கூடாது. (நம்பிக்கை என்பதுதான் வாழ்க்கை) உலகில் எந்தத் திசையிலும் வாழும் எந்த மனிதனுக்கும் அவனது வாழ்வின் அடிப்படையும், ஆதாரமும் நம்பிக்கையேயாகும். குடும்ப வாழ்வில் கணவனும், மனைவியும் இதனை கருத்தில் கொண்டு செயற்படுதல் வேண்டும். அப்போதே நல்லதொரு உறவு உருவாகும்.

❖ நடை, உடை , பாவனை என்பனவற்றில் கணவனுக்கு பிடித்த விதத்தில் மனைவியும், மனைவிக்கு பிடித்த விதத்தில் கணவனும் அமைத்துக் கொள்ளுதல் வேண்டும்.

'வாழ்க்கை என்பது வாழ்வதற்கே ஒழிய, வாழ்ந்து தொலைப்பதற்கல்ல' எனவே மேற்குறிப்பிட்ட விடயங்களை கவனத்தில் கொண்டு வாழ்க்கையை நடாத்துவீர்களானால் வாழ்வு சீரும், சிறப்புமாக விளங்கும். (அப்போதே இல்லறம் நல்லறமாக விளங்கும்) என்பதில் எவ்விதமான ஐயமுமில்லை.

திரவியநாதன் திலீபன்
B.A(Hons) Sp in (Phy). PGDE (Psy), Dip in (Couns), MPhil (R)
மெய்யியல், உளவியல்த்துறை.

"வாழ்க்கையை இனிதாக்குவது அன்பு; கஷ்டங்களையெல்லாம் மீளச் செய்வது அன்பு; குடும்ப வாழ்க்கையை மேன்மைப்படுத்துவது அன்பு; உலக வாழ்க்கையைச் சுவைக்கச் செய்வது அன்பு; அழகற்றதற்கு அழகூட்டுவது அன்பு". அன்பைப் பொழியும் இடம் சுவர்க்கம். அன்பு மறைந்த இடம் நரகம். மனமே நீ அன்பினால் ஊறி வளர்க.

ஸ்ரீமத் சுவாமி சிற்பவானந்தர்.

வாசகர் பார்வை

அஞ்சலி சஞ்சிகையின் 18வது இதழ்கண்டு பரவசமடைந்தேன். அஞ்சலி சஞ்சிகையினுடைய பிரதம ஆசிரியர் அருட்தந்தை சூ.டேமியன் அ.ம.தி அடிகளாருடைய 'கல்வியைக் கவனிப்போமா' என்ற மகுடத்தில் வரையப்பட்ட கருத்துக்கள், பரீட்சை என்ற ஒன்றை மட்டுமே இலக்கு வைத்து 'பந்தயக்குதிரைகளாக' மாணவர் களை தயார்ப்படுத்தும் அவலத்தில் இருந்து மீண்டெழ வலியுறுத்து கின்றது. அருட்பணி இ.ஸ்ரலின் அடிகளாரது 'வாய்ப்புகளை உச்சமாகப் பயன்படுத்து' எனும் கட்டுரையானது போட்டிகள் நிறைந்த சவால்மிக்க உலகை எங்ஙனம் வெற்றிகொள்வது என்பதை சுட்டி நிற்கின்றது.

இவ் இதழிலே இடம்பெற்றுள்ள ஏனைய கட்டுரைகளும் சமகாலத் தேவைகருதி எழுந்தவையாக அமைந்துள்ளதைக் குறிப்பிட்டேயாக வேண்டும்.

புதிய படைப்பாளிகளுக்கு களம் அமைத்து மற்றும் கவிதைகளும் பல்தரப்பட்ட கருப்பொருட்களிலே 'புத்தாண்டின் விடியலில்', 'தாய்', 'கனவுகள்', 'நட்பு', 'மனவடுக்கள் ஆற' ஆகியவையும் சின்னஞ்சிறு கவிதைகளும் சிந்தையைக் கவர்வனமாக உள்ளன. இம் முயற்சிகள் பாராட்டுக்குரித்தானவையே.

அஞ்சலியினுடைய அட்டைப்படமும் சிந்தனையைத் தூண்டும் வண்ணம் வண்ணமுற அமைக்கப்பட்டு மெருகேறி வருகின்றது. அஞ்சலியின் இறுதிப்பக்கமும் 'அஞ்சலிஅகம்' ஆற்றுகின்ற பல்வகை சமூகப்பணிகளின் பதிவாக அமைந்துள்ளமை வரவேற்புக்குரிய விடயமாகும். காலத்தின் தேவையறிந்து சமூகத்திற்கு மிக காத்திரமான தொரு பணியாக அமைந்துள்ள இவ் 'அஞ்சலி' சஞ்சிகை வெளியீடானது மென்மேலும் சிறப்புற எமது மனமார்ந்த வாழ்த்துக்கள்.

'எதிர்பார்ப்போடு வாசிக்க ஆரம்பித்து மனநிறைவோடு படித்து முடிக்கின்ற நூல்களே சிறந்தவை' என்ற உணர்வை 'அஞ்சலி' ஆரம்பகாலம் தொட்டு இன்று வரை தருவதையிட்டு உங்களிலே நானும் ஒருவனாக மிக்க மகிழ்ச்சியும் பெருமையும் அடைகின்றேன்.

தோழமையுடன்,

கமலசுதர்சன்.

பொது அறிவிற்குரிய விடைகளை இணைக்கப்பட்டுள்ள தாளில் எழுதி அனுப்புங்கள்
(நிழற் பிரதிகள் ஏற்றுக்கொள்ளப்படமாட்டாது)

நீங்கள் அனுப்ப வேண்டிய முகவரி

அஞ்சலியகம்,
நெல்லண்டை வீதி,
தும்பளை,
பருத்தித்துறை.

Anjali Aham,
Nellandai Road,
Thumpalai,
Point Pedro,

தீபம் 6 சுடர் - 01 சஞ்சிகைக்கான விடைகள்

1) 4 km நீளம் 2) பென்குவின் 3) கருவிழி
4) 33 மடங்கு 5) சோ

சுடர் - 02 சஞ்சிகைக்கான பொது அறிவுப்போட்டி

01) இலங்கையின் முதுலாவது செயற்கைக் கோளான 'சுப்ரீம்சற்' எங்கிருந்து ஏவப்பட்டது?

02) "வாய்ப்புக்களை உச்சமாகப் பயன்படுத்து" என்ற ஆக்கத்தின் ஆசிரியர் யாது? (தீபம் - 06 , சுடர் -01 - அஞ்சலி)

03) பிரான்ஸ் நாட்டின் அரச உயர் விருதான "செவாலியே" விருது பெற்ற முதல் இலங்கைத் தமிழ்ப் பெண் யார்?

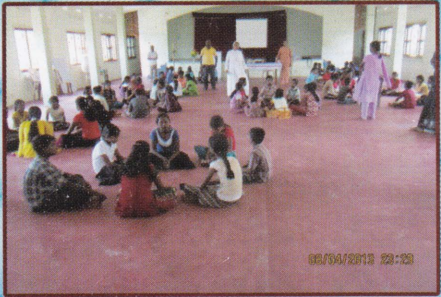
04) 2011ல் சர்வசன வாக்கெடுப்பின் மூலம் உருவான புதிய நாடு எது?

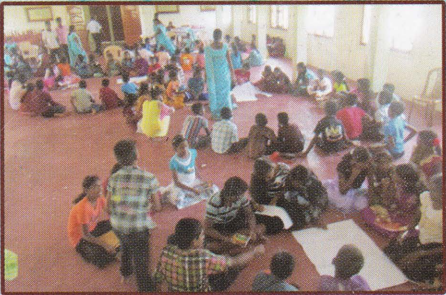
05) சர்வதேச கிரிக்கெட் கவுன்சிலின் (ICC) 4வது 20-20 உலக கிண்ணப் போட்டி எப்போது? எங்கு நடைபெற்றது?

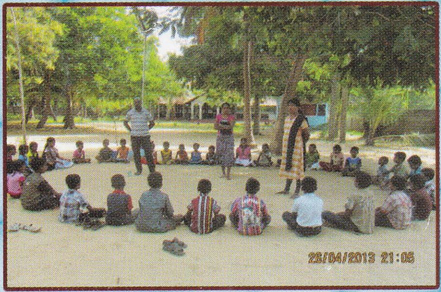
5 வினாக்களில் 3 வினர்ககளிற்கு சரியான விடைகளை எழுதி பாராட்டினைப் பெறுவோர்:

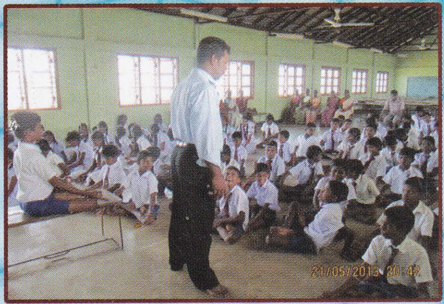
அ.அனோஜிக்கா - லங்கா மாதா மடம் , அச்சுவேலி
து.டிலக்சனா - லங்கா மாதா மடம் , அச்சுவேலி
அ.லூர்த்து றஞ்சினி - லங்கா மாதா மடம் , அச்சுவேலி
பிரிந்தா - லங்கா மாதா மடம் , அச்சுவேலி

அஞ்சலியகத்தின் நிகழ்வுகள் சில......









PRINTED BY S.P.M. PRINTERS, V.M. ROAD, POINT PEDRO. TEL: 077 4966997