

தீபாந்

தீபாந் - I

நல்லொழுக்கம் பேசுவோம்
சூழ்நிலைப் பாதுகாப்போம்
கையேட்டுப் பிரதி







தீயா

கிடம் - I

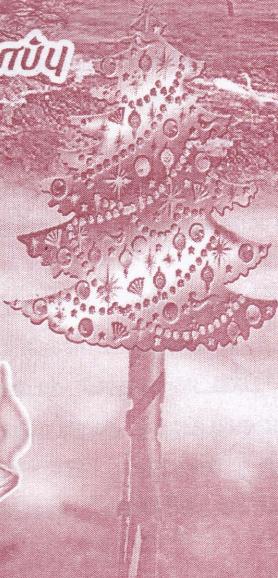
சுமாதானம்

அபிவிருத்தி

ஒருமைப்பாறு

மதுவிகைக்கு

கூழல்பாதுகாப்பு



ମୁଦ୍ରା

କାନ୍ତି

ଶବ୍ଦାଳ୍ପିନୀ

ଶବ୍ଦାଳ୍ପିନୀ

ଶବ୍ଦାଳ୍ପିନୀ

ଶବ୍ଦାଳ୍ପିନୀ

ଶବ୍ଦାଳ୍ପିନୀ

இசுசியரை

இன்று எமது சமூகத்தில் காணப்படும் பல்வேறு நெருக்கீட்டுக்கு முக்காரணமாகக் காணப்படும் மது, புகை, பாவனையைத் தவிர்த்தல் தொடர்பான விழிப்புணர்வை அம் மக்களிடையே ஏற்படுத்துவதற்குக் கையாளக்கூடிய ஓர் கருவியாகப் போருட் ஊர்காவற்றுறைப் பங்காளராகிய தீபம் நிறுவனத்தில் பங்கு கொள்ளும் அழிவுக்கு தீபம் எனும் பிரதியை தயாரித்து வைப்பிலிட்டுள்ளோம்.

இதில் அடங்கியுள்ள கட்டுரைகள், கவிதைகள், சிறுகதைகள், ஆக்கங்கள், உண்மைத் தரவுகள் பல கோணங்களில் மது, புகை பாவனையால் ஏற்படும் விளைவுகளை விளக்கி மக்களிடையே விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தக் கூடியனவாக காணப்படுகின்றன.

ஒவ்வொரு ஆற்றுவிப்பாளர்களும் துமிடையே மறைந்திருக்கும் எழுத்தாற்றலை வெளிக்கொண்டந்து மிகக் குறுகிய காலத்தில் இப்பிரதியை ஆக்கியமை மிகவும் பாராட்டுக்குரியதாகும்.

தொடர்ந்தும் அவர்களது பணி நற்பலனங்கிக்க வேண்டி எல்லாம் வல்ல இறைவனை பிரார்த்திக்கிறோம்.

இநாக்கம் : மது, புகைத்தல், போதைவஸ்தினால் ஏற்படும் தீமையிலிருந்து மக்களையும், இளைஞர்களையும் பாதுகாத்தலும் அவர்களது சுற்றாடல் கல்வி கலாச்சாரம் பொருளாதார முன்னேற்றத்திற்காக பாடுபோலும்.

*போதை வஸ்துகம்
நாட்டுப்புறங்களில் வாழும் மக்கள்*

தீபம்
தீவகம்

தீப்மே எது வட்காட்டு

போதைக்கு அடிமையாகி
 பேதையாய் நிற்பவருக்கும்
 பிரச்சினைகளை எதிர்த்து
 எதிர்நீச்சல் போவும்
 உரிமைகளை வென்றறுக்கவும்
 வழிகாட்டியாய்
 விளங்கும் தீவகத்தின் தீபமே!
 நீதாங்கி வரும்
 ஆக்கங்கள்
 ஒவ்வொன்றும் எம்சமுதாயத்தின்
 விழிவிற்காய் சுப்பு விட்டெரியும்
 தீப் பிளம்பு நீ
 தொடர்ந்து வரும்
 உனது சொற்கள் நிரம்பிய
 உன்னத படைப்புக்கள்
 ஒவ்வொரு மனித
 வாழ்க்கையிலும்
 மாற்றம் அமைத்திட
 வழிகாட்ட வேண்டும் நீ.....

- சரவனாள்-

இயற்கை மூலிகையால் நோயைக் குணமாக்க வழிமுறைகள்

வயிற்று கோளாறு உண்டானதும் சிறிது இஞ்சிச் சாற்றை
 எலுமிக்கம் பழச்சாற்றுடன் கலந்து பருகினால் வயிற்றுக்
 கோளாறு குணமடையும்.

உடம்பில் சிறுகாயம் ஏற்பட்டால் சித்திரப் பாலா இலையை
 முறித்து வரும் பாலை காயப்பட்ட இடத்தில் விட்டால் காயம்
 ஆறும்.

- அ. யஸ்ரீன் -

தொழிய அலைடைய உன்னில்...



மின்னல் மின்னி இடி இடிப்பது போல்
நின் நினைவுகளை மறக்க முயல்கிறேன் - அவை
மணியொலிகள் கேளாத செவிட்டுமைபோல்
கண்ணீர் மழை பொழிகின்றது.

உன் அலையோசை மொழிமலர் மனமேங்கினேன்
அலையோசை ஊர்தொட்ட வேலை கண் கலங்கினேன்
உன் சீற்றத்தால் என்னை விட்டும் ஏன் விட்டுவிட்டாய்
நீ விட்டதால் என் மனதைப் புண்படுத்தினாய்.

உன் அலையோசையின் நவினங்கள் நான் ரசித்தவை - அவற்றை
ரசிப்பதற்கு மாத்திரமே நவினமிட்டாய் என நினைத்தேன் - மனிதங்களை
ருசிப்பதற்கு மாத்திரமே நவினமிட்டாய் என என்னவில்லை
என் விழித்திரைகள் இமைப்பதையே மறந்துவிட்டன.

உன் வனப்பில் காந்தத்தை வைத்தாய் - பின்
கரையை முத்தமிட ஆசை கொண்டாய் என நினைத்தேன்
என் உயிரையே முத்தமிட வருவாயென சிந்தை கொள்ளவில்லை
உன் முத்தக் கொடுரத்தால் தப்பியவள் நான் மட்டுமே.

கொடிய அரக்கனாய் வந்த நீ எம்
சின்னஞ்சிறிய பாலகர்களை குதறினாயே
தென்றலாய் வந்த நீ புயலாய் பூகம்பமாய் மாறியதேனோ
நான் என்ன பாவம் செய்தேன் என்னை மட்டும் விட்டுவிட்டாயே.

ஆக்கம் : சீ. ஜென்சீ

தரம் 10

யா/கரம்பொன் சிறிய புஸ்ப மகளிர் ம.வி

புதை பீடித்து தற்கொலை செய்து கொள்ளாதீர்



மருத்துவக் கல்லூரியில் படிக்கும் மாணவன், முதலாண்டு செய்யும் சோதனை இது. சிறு அளவு தண்ணீரில் உள்ள ஜாடியில் ஏறியும் சிகிரெட் துண்டைப் போட்டால் தண்ணீர் குழிகள் தீளம்பும். அந்தத் தண்ணீர் பழுப்பு நிமாக மாறிவிடும்.

அந்தப் பழுப்புத் தீரவத்தைத் தவணையின் வயற்றுக்குள் செலுத்தினால் சில வினாடிகளில் அந்தத் தவணை இறந்துவிடும்.

பூச்சிகளை அழிக்கச் சில பயிர்களுக்கு நிகோடைன் கலந்த கிருமி நாசினியைத் தெளிக்கிறார்கள். அந்தச் செடியில் சிறு வெட்டுக் காய்ம் அல்லது முறிவு இருந்தாலும் இந்தக் கிருமிநாசினி செடிக்கே ஆபத்தாக முடிகிறது.

மனிதனின் காயத்தில் நிகோடைன் கலந்த கிருமி நாசினி பட்டுவிட்டாலும் மூச்சத் தீணாறிச் சிறிது நேரத்தில் இறந்து விடுவான்.

நிகோடைன் என்பது வண்ணம் இல்லாத ஒரு பொருள். சிகிரெட் புகையை ஒரு வீணான கைக்குட்டையில் ஜாதினால் அதில் பழுப்பு நிறமுள்ள மெஸ்லிய படிவு தெரியும். சிகிரெட் புகையில் நிகோடினைத் தவிரப் பிற பொருள்களும் இருப்பதை இது தெளிவாக்குகிறது.

சிகிரெட் புகையில் வாயுக்கள், ஆவிகள். சிறு துகள்கள் எல்லாம் இருக்கின்றன. பழுப்புநிறப் படிவு. சிகிரெட் புகையில் அடங்கியுள்ள தார். இந்தத் தாரில் 500க்கும் மேற்பட்ட கல்புப் பொருள்கள் இருப்பதாக அறிந்திருக்கிறார்கள். நிலக்கிரித் தாரைப் போலப் பல பொருள்களின் சேர்க்கை இது.

தன்னிச்சையாக இயங்கும் நரம்பு மண்டலத்தை நிகோடைன் நேரடியாகத் தாக்குகிறது. நிகோடைன் முதலில் சுறுசுறுப்பைக் கொடுக்கிறது. பிறகு நரம்புகளுக்குப் பலவினத்தை அளித்துக் காலப்போக்கில் அதன் செயலையீ ஸ்தம்பிக்கச் செய்கிறது.

பொதுவாக உடல் இயக்கத்தையே நிகோடைன் பாதிக்கிறது. ஆனால் இந்தப் பாதிப்பின் தன்மை மனிதனுக்கு மனிதன் மாறுபடலாம். அதனால் புகையிலை எல்லோராயும் எந்த அளவில் பாதிக்கிறது என்பதை அறநியிட்டு சொல்ல முடியவில்லை.

ஓவ்வொர் உடலிலும் அதன் இயக்கத்தைச் சேர்த்து அதனால் ஏற்படும் ஆபத்தை விபரிக்க முடியும். பாதிப்பை அளவிட்டுக்கூற அந்த மனிதனுடைய மனநிலையையும் கவனிக்க வேண்டும்.

ஜீரண உறுப்புக்களைப் புகையிலை எப்படிப் பாதிக்கிறது என்பதைச் சுருக்கமாக பொதுக் கருத்தாக கூற முடியாது. ஜீரண உறுப்புக்களுக்குப் புகையிலை கெடுதல் செய்கிறது என்று பொதுவாகச் சொல்லலாம். ஓவ்வொரு வருடமையை ஜீரண உறுப்புக்களிலும் ஏற்படும் மாறுதலைக் கொண்டே முடிவு எடுக்க வேண்டும்.

உடலிலுள்ள வாய், மூக்கு, குரல்வளை, சுவாசக்குழாய் முதலிய பகுதிகள் நிகோடினைக் கிரகித்துக் கொள்ளும் தன்மைக்கேற்ப ரத்தத்தில் இந்த நக்க கலக்கிறது. பிறகு உடலின் உறுப்புக்களுக்கும் பரவுகிறது.

முதலில் வயிற்றுப் பகுதிதான் பாதிக்கப்படுகிறது. சிகிரெட் புகையிலுள்ள தார் போன்ற பொருள் உமிழ் நிரில் கரைந்து வாய், மூக்கு, காற்றுக்குழாய், குரல்வளை முதலிய பகுதிகளில் சிறு அளவு ஏரிச்சலைக் கொடுக்கின்றது. அதிக நாள் புகை பிடிக்கும் பழக்கம் உள்ளவருக்குக்கூடத்துக் காலையில் புகையை உறிஞ்சியதும் சில சமயம் மயக்கம் போன்ற உணர்வு ஏற்படுவதுண்டு. சிகிரெட் அணையாமல் ஏரியச் சில ரசாயனப் பொருள்களையும் சேர்க்கிறார்கள். சிகிரெட்டைப் புகைக்கும் போது அதன் அடிப்பாகத்தைப் பலர் கவைப்பதுண்டு. அதனால் புகையுடன் புகையிலைச் சாறும் அவர்களுக்கு உள்ளே போகின்றது. சுருட்டுப் புகைப்பவர்கள் சிகிரெட் குடிப்பவர்கள்களைப் போல் அவ்வளவு புகையை உள்ளே இழுப்பதில்லை. காரணம் சுருட்டுப் புகை மிகவும் ஏரிச்சலைக் கொடுப்பதுதான். புகையிலைப் பழக்கத்தை ஒருவன் நிறந்தரமாக நிறுத்தினால் நல்ல பசி எடுக்கிறது. இதயத் தூடிப்பு கீரடைகிறது. ரத்த அழுத்தம் சமனாகிறது. சுவாசிப்பது கீராகிறது. ருசித்துச் சாப்பிட முடிகிறது. வயிற்றில் புரட்டலோ குமட்டலோ ஏற்படுவதில்லை. வாழ்க்கையைப் பற்றிய எண்ணமே உயர்கிறது. திறமையாக செயலாற்ற முடிகிறது.

புகைக்கும் சிகிரெட்டின் எண்ணிக்கையைக் குறைக்கலாமா என்ற பேச்கக்கே இடமில்லை. அதை மறந்து முழுவதுமாக ஒழிக்க வேண்டியதுதான்!

N.T.Rajah
Deepam

உயிரைக் குடுக்கு ஞா சிறுக்கை

ஒரு ஊரிலே மாயாண்டி எனும் குழகாரனும் இன்னொரு கிராமத்துக்க சென்று சாராய விற்பனையில் ஈடுபோடும் ஒரு பெண்ணை திருமணம் செய்தான். காலப்பொக்கில் மாயாண்டிக்கு மூன்று குழந்தைகள் பிறந்தது. மூத்தது ஆண் குழந்தை, ரீண்டாவதும் மூன்றாவதும் பெண் குழந்தைகள்.

இக்குழகார மாயாண்டி காலப்பொக்கில் மனைவியின் சாராய விற்பனை மூலம் கிடைக்கும் லாபத்தை விட கூடுதலான பணத்தை குழக்காக செலவு செய்தான். இதனால் அவளது தொழில் வீணாக மாறியது. மாயாண்டியது ஒரு நாள் கூடி 100 ரூபா. அதில் ஒரு நாலைக்கு ஆகக்கூடியது 25 ரூபாகூட வீட்டுக்காக செலவு செய்வது அரிது.

காலப்போக் கில் பிள் ஈளகள் வளர்ந்து பெரியவர் களாக மாறினார்கள். மூத்தமகள் படிப்பில் கெட்டிக்காரி. ஆனாலும் வறுமை நிலையை அறிந்த ஆசிரியர் அவளுக்கு உதவி செய்தார். ஒரு நாள் அவள் பாடசாலைக்கு செல்லா விட்டாலும் உடனே அந்த ஆசிரியர் அவளுடைய வீட்டுக்கு வந்துவிடுவோர். ஒரு கிழமையாக அவளை வகுப்பில் காணாத்தால் ஆசிரியர் அவள் வீட்டுக்கு சென்றார். அங்கே அவள் கடுமையான நோயால் பாதிக்கப்பட்டிருப்பதை கண்டு பறிநூலும்று விலைக்கூடிய மருந்துகளை பெற்றுக் கொடுத்தார்.

அவர் வீடு சென்றதும் குழகார மாயாண்டி அந்த மருந்துகளை திருட்டேந்தனமாக பெறப்பட்ட கடையில் விற்றுக் குழந்தான். ஒரு நாள் அந்த மாணவி சுகமடைந்துவிட்டாளா? என பார்க்கவேன அவள் வீட்டை நோக்கிச் சென்ற போது மருந்துக்கடைக்காரர் இடைமறித்தான். இவ் ஆசிரியரிடம் அவன் உங்கள் முகத்திற்காகத்தான் சேர் நான் மருந்தை மீளத்தந்த போது பணத்தை தந்தேன் எனக்கூற அவர் எதுவும் அறியாதவராய் அந்த மாணவி வீட்டை நோக்கி ஓடினார். அங்கே அந்த மாணவி நோயால் இறந்ததை கண்டு கண்களங்கினார். மாயாண்டியும் மனம் மாறினான்.

யோ. திரோஷன்
12 Art
St/Anthony's College

மதுவால் எனக்குக் கிடைத்து பவன் சீரு குறியகளின் சுயசரியை

நான் காய்ந்திருந்த சள்ளி விறகை முறிப்பதற்காக அந்த குடிசை வழியாகச் சென்றேன். ஏதோ ஒரு ஒசை என காதருகே வந்து விழுந்தது. நான் திருப்பிக் குடிசையைப் பார்த்தேன். ஒரு குடிமகன் அழுது கொண்டிருப்பதை பார்த்தேன். அவரிடம் நெருங்கிப் போய் ஜூயா! என் அழுகிறீங்கள் என கேட்டேன். அவர் தன் வாழ்வில் நடந்த சோகக் கதையை கூறத் தொடங்கினார்.

நான் 1968ஆம் ஆண்டு ஒக்டோபர் மாதம் 2ஆம் திகதி இந்தியாவில் பிறந்தேன். பின் என் அம்மா அப்பா ஆசையுடன் ஒரே மகன் என்று அன்பை ஊட்டி வளர்த்தார். பின் காலங்கள் உருண்டோடிக் கொண்டிருந்தது. எனக்கு பத்து வயதாகவிட்டது. எனக்கு ஒரு தங்கை பிறந்து விட்டாள். என்னில் இருந்த அன்பு என் தங்கை மேல் போய்விட்டது. அந்தக் கவலையில் நான் மது பாவிக்க ஆரம்பித்து விட்டேன். இப்படி இருக்கையில் எனக்கு மதுவில் சரியான ஆசை வயதும் போய்க் கொண்டிருந்தது. அம்மா அப்பா என்னைத் தடுத்து பார்த்தார்கள். நான் கேட்கவில்லை என்னை வீட்டை விட்டு தூரத்தி விட்டார்கள். நான் இலங்கைக்கு ஓடி வந்து கண்ட பழக்கங்கள் பழகி குடித்து வந்தேன். இதனால் எனக்கு வருத்தமும் நெஞ்சவலியும் ஏற்பட்டுவிட்டது. எனக்கு வயது 35 ஆகிவிட்டது. என்னை ஐந்து பையன்கள் தூக்கிக் கொண்டு வந்த இந்த குடிசைக்குள் போட்டுவிட்டார்கள். அன்று சொன்னார் நீயும் என்னைப் போல் இருக்காதே, நல்லவனாய் சமூகத்திற்கு ஒரு தீங்கும் செய்யாமல் வாழ் என்று கூறி தன் சோகக் கதையை முடித்தார்.

ம. சிவகுரான்
S.A.C

புகைத்தலைத் தடுப்போட்

- சலரோகம் : வாதசந் வித சந்த விஜ விஜ (சிரிக்கிறா)
- புகையிலை : யார் நீ
- சலரோகம் : புகையிலையாரே அண் ணன் உமக்கு தெரிய வில்லையா, நான்தான் சலரோகம்.
- புகையிலை : ஓ! நீ எனது நண்பரல்லவா
- சலரோகம் : என்னை இந்த மனிதனின் உடம்பிலே பிறக்க வைத்தது நீரல்லவா! உமக்கு கோழி வந்தனங்கள்.
- புகையிலை : எனது நாளாந்தச் செயற்பாட்டில் நீர் ஒரு பகுதிதான் நான் புகை பிழிப்பவர்களின் பற்களை நாசம் செய்கிறேன். வாயில் தூர்நாற்றத்தை உண்டாக்குகிறேன். உம்மையும் உண்டாக்குகிறேன். அவ்வாறே புற்று நோயையும் உருவாக்குகிறேன். என்னை வெல்ல யாராவும் முழியாது.
- சலரோகம் : என்னையும் வெல்ல ஒருவராவும் முழியாது.
- நற்பழக்கவழக்கம் : ஏன் முழியாது? ஒவ்வொருவரும் என்னைக் கைக் கொண்டால் உன்னைப் போல நோய்கள் ஓடியே விடும். புகைப்பிழிக்கும் தீய பழக்கத்தை விட்டு என்னைப் பெற்றவர்களிடம் உனது கைவரிசை செல்லுபடியாகாது.
- சலரோகம் : இல்லை புகைபிழிக்கும் ஒருவன் நற்பழக்கமுள்ள வேறு நபர்களுக்கு என்னை உண்டாக்கிறான்.

“புகைத்தல் ஒரு தீய யூக்கியாகும் அதை விட்டு
ஆரோக்கியாக வாழ்வோம்”

T. தேவதர்சன்
துறம் - 8B
SAC

மதுவினால் ஏற்பட்ட விளைவு

கடார்

ஒரு கிராமத்தில் ஒரு குடிகார வியாபாரி வாழ்ந்து வந்தான். அவன் தினமும் பலாப்பழம் விற்று அதில் வருகிற பணத்தை வீட்டிற்குக் கொடுக்காமல் தான் தனக்கு குடிப்பதற்கு எடுத்து விடுவான். அதனால் அவனின் மனைவி பிள்ளைகளுக்கு சரியான கவர்ம்.

ஒரு நாள் அவன் குடித்துவிட்டு வந்து மனிசிக்காரியுடன் சண்டை போட்டுக் கொண்டிருந்தான். இதை பார்த்துக் கொண்டிருந்த பிள்ளைகள் தடுக்கப் போனார்கள். தடுக்க வந்த முத்த மகனுக்கு தகப்பன்காரன் அடித்து மன்றையை உடைத்து விட்டான். இதைப் பார்த்த அம்மா உடனே மகனைத் தூக்கிக் கொண்டு பக்கத்து வீட்டில் கடனாய் காச வேண்டிக் கொண்டு ஆஸ்பத்திரிக்கு போனாள். அங்கே உடனே பிள்ளையை குண்மாக்கச் சொல்லி கத்தினாள், கதறினாள். ஆணால் அங்கே வைத்தியர் இல்லை. அவளின் நெஞ்சம் பதறிப்போய் விட்டது. உடனே தன்கையில் பிள்ளையை ஏந்திக் கொண்டு பிறைவேட ஆஸ்பத்திரிக்குப் போனாள் அங்கே நீங்க கொண்டு வந்த காச காணாது என்று வைத்தியர் சொன்னார். அதே நேரம் பிள்ளை இறந்துவிட்டது. அன்றிலிருந்து அவளுக்கு மனநோய் ஏற்பட்டது. அதையும் பொருட்படுத்தாத புருஷன் மீண்டும் மீண்டும் குடித்துவிட்டு மனிசியோடு சண்டை பிடித்தான். ஏலாத கட்டத்திற்கு மனிசிக்காரியும் பிள்ளைகளுமாக நஞ்சைக் குடித்தனர். வேலைக்குப் போய் வந்த வியாபாரி அறைக்குள் செல்ல காலடி எடுத்து வைத்தான். இரத்தம் இரத்தமாக காலில் ஒட்டியது. உடனே ஏங்கிப்போய் ஒரு கனம் அதிலே நின்றுவிட்டான். பிறகு தன் மனைவியையும் பிள்ளைகளையும் அணைத்து தான் விட்ட பிழையையும் குடியினால் ஏற்பட்ட விளைவினையும் நினைத்து அழுது புலம்பினான், கத்தினான்.

S. விழௌபா
தீபம்

தேவிய ஒற்றுக்கை

இன மத பேதங்கள் இன்றி
இன்பமாய் மகிழ்ச்சியாய் வாழ்ந்திடுவோம்
இனைவரும் சமுதாயம் எங்களது சமுதாயம்
இனைஞர்களே வாருங்கள்

சேற்றில் முளைக்கும் செந்தாமரைபோல்
சாந்தியும் சமாதானமும் செவ்வனே மலர்ந்திட
சேர்வாய் நீற்காது சறுசறுப்பாய் இயங்கி
சாதனை படைக்கும் யுவதிகளே! வாருங்கள்.

ஒன்றே வானம் ஒன்றே பூமி உதிரம்
ஒற்றுமையாய் இணைந்து நாம் உயர்ந்திடுவோம்
ஒன்றுபட்டாஸ் உண்டு வாழ்வு நம்யில்
ஒற்றுமை நீங்கின் அனைவர்க்கும் தாழ்வு

மல்லிகை மொட்டு மலர்வது போல்
மலரீட்ட நீர் மணம் பெறுவது போல்
மாந்தர்களே நாம் ஒன்றிணைந்தால்
பார்னிலே மணம் பெறலாம் அன்றோ?

மூக்கம்
வி. சிமக்ளா

தரம் - 10

யா/கரம்பொன் சிறிய புஸ்ப மகளிர் மகா. வி

பட்ட பனையின் பரிதவிப்பு



- பனை : வணக்கம் நன்பா
- பட்ட பனை : வணக்கம் நன்பா
- பனை : நன்பா உள் நிலையைப் பற்றி நினைக்க எனக்கு கவலை யாக உள்ளது.
- பட்டபனை : நன்பா அது ஒரு பெரிய கதை. நீ இப்போது சிறியவன் உனக்கு எப்படி சொல்வது
- பனை : அப்படி என்ன பெரிய கதை
- பட்டபனை : உன்னைப்போன்று நான் இருந்த வேளையில் எல்லோ ருக்கும் பயன் கொடுத்தேன் விருக்குக்கு, கடகம், பெட்டி போன்று என்னைப் பயன்படுத்தி சில வறிய மக்கள் என்னை மூலதன மாக வைத்து சிறிய கைத்தொழிலை ஆரம்பித்தார்கள். எத்தனையோ வயிற்றுப் பசியைப் போக்கினேன்.
- பனை : அப்படி இருந்த உங்களுக்கு இந்தக் கதி ஓர்ந்தது ஏன்?
- பட்டபனை : நான் இப்படி மகிழ்ச்சியாக இருக்கும் போது பச்சை உடையனிந்த மாமாக்கள் வந்து எங்களை அடியோடு வெட்டி எங்களை அவர்கள் தங்களுடைய பாதுகாப்பிற்காக சுற்றிவர நட்டு வைத்தார்கள். என்னைப் போன்று ஏராளமான நன்பர் களும் இதே நிலைக்கு ஆளாகியுள்ளார்கள். அதனால் தான் எனக்கு இந்தக் கதி நேர்ந்தது. பனையின் சிறப்புறியாத அந்நியர்களுக்கு கூறிடுவோம் விழிப்புணர்வு.
- பனை : ஆமாம்! நன்பா நீ சொல்வது மிகவும் சரியே.

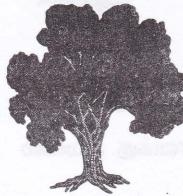
ஆக்கம்

ம. தீபா

தரம் - 10

யா/கரம்பொன் சிறிய புஸ்ப மகளிர் மகா. வி

மரம்



மண் உயிர்ப்போடு இருப்பதங்கு மரம்தான் அவசியம். மரம் மனிதனின் பிறப்புக்கும் இறப்புக்கும் இடைப்பட்ட வாழ்வில் தன்னாலான அத்தனை வழியிலும் இணைந்து விடுகிறது. நம்மீது எவ்வித எதிர்பார்ப்புக்களும் கொண்டிருக்காமல் மரம் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கின்றது.

மரங்களின் ஞாபகமாக மனிதன் வாழ்வதில்லை, ஆனால் மனிதர்களின் ஞாபகங்களாக மரம் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறது. அந்த மரங்களைப் பார்க்கும் போது அதை நடுகை செய்தவர்களின் ஞாபகங்களே வந்து ஓட்டிக் கொள்கின்றன. இறந்த பிறகும் ஞாபகங்களாக மனிதர் வாழ்ந்து கொண்டிருப்பது அநேகமான மரங்களில் தான். இன்று உலகத்தேவைகளில் “மரம் வளர்ப்போம்” “காடுகளைப் பாதுகாப்போம்” என்பவற்றுக்கான தனி இயக்கமே உருவாக்கப்பட்டு செயல்ப்படுத்தப்படுகிறது.

நடிகர் அஜித் தன் இரசிகர்களுக்கு விடுத்திருக்கும் அன்புக் கட்டளை ஒவ்வொரு இரசிகரும் ஒவ்வொரு மரம் வளர்க்க வேண்டும் என்பதுதான். நல்ல முயற்சி, பூப்பறிக்க கோட்டி கொண்டு அலையும் மனிதர்களாகி விட்டோம். எதற்கு எதைப் பிரயோகிக்க வேண்டும் என்பதைப் புரிந்து கொள்ளாமல் தற்கால மனிதர்களாகத் திரியும் நம்மைக் கண்டு மரங்கள் பயந்து போகின்றன. மரங்கள் பூமியைப் பாதுகாக்கின்றன. மனிதன் பூமியின் பாதுகாப்புக்கு உத்தரவாதம் தர முடியாதவனாகி விட்டான். தோற்றுப்போன மனிதன் அற்ப வெற்றிகளைக் கொண்டாடுவதைக் கண்டு மரங்கள் சிரித்துக் கொள்ளும் என்றுதான் நினைக்கிறேன். ஒரே தோட்டத்தில் மா, பலா, தென்னை, வாழை, கொய்யா, தேசி இப்படி எந்த மரத்தை வளர்த்தாலும், அவை ஒவ்வொரு சுவையைத் தருகின்றன. மரத்துக்கு மண் மீது பேதும் இல்லை. ஆகவே நாம் மரங்களிடமிருந்து கற்றுக் கொள்வோம். மரங்கள் உண்மைகளின் உருவங்கள். நல்ல ஆசான்கள், மரங்கள் மகிழும்பாடி மண்ணையும், வளங்களையும் பாதுகாப்போம். இயற்கை நமக்காக எல்லாம் செய்கிறது. நாம் இயற்கைக்காகவும் நமக்காகவும் மரங்களை மதித்து நடப்போம்.

ஆக்கம்

ச. விதுர்ஜா

தரம் - 09

சுகாதாரமும் ஆரோக்கியமும்

இன்றைய சமுதாயத்தில் சுகாதாரமும் ஆரோக்கியமும் முக்கிய மானதொன்றாக கருதப்படுகின்றது. இரண்டுக்கும் இடையில் நெருங்கிய தொடர்பு உள்ளது என்பதை நாம் நன்கு அறிவோம். சுகாதாரத்தின் மூலம் நாம் ஆரோக்கியத்தை பெறுகின்றோம். சுத்தமாக இருக்கும் ஒருவர் தனது தோற்றுத்தையும் ஆரோக்கியத்தையும் பேணுவதற்கு சுத்தத்தை துணையாக கொண்டுள்ளார். சுகாதாரத்தை கடைப் பிடித்தால் ஆரோக்கியமான, சுறு சறுப்பான கவர்ச்சியான ஒருவராக வாழ முடியும். நோய்களைப் பரப்பும் ஈக்கள், நூள்முகள் போன்ற உயிரினங்கள் ஒரு சுகாதாரத்தை பின்பற்றாத இடத்தில் தான் வாழ்கின்றது. அதனால் அந்த குழலில் வாழும் மானிடர்கள் ஒரு ஆரோக்கியத்தை பெற்றுக் கொள்ள முடியாதவர்களாகவே காணப்படுகின்றனர். அதனால் அந்த குழலில் வசிக்கும் அனைவரினதும் ஆரோக்கியமும் பாதிக்கப்படுகின்றது. குழலை சுத்தமாக வைத்திருப்பதன் மூலம் ஓர் நந்தமுதாயத்தை உருவாக்க முடியும். அதனால் அந்த குழலில் வாழும் மானிடர்கள் ஆரோக்கியமாகவும், திறமை உள்ளவர் களாகவும் சமுதாயத்தில் வாழ முடியும். சுகாதாரம் பின்பற்றப்பட்டு வந்தால் பல நோய்களில் இருந்து எம்மை நாம் பாதுகாத்துக் கொள்ளலாம். குப்பைகளை உரிய இடத்தில் சேர்ப்பதன் மூலம் நாம் எம் உடல் ஆரோக்கியத்தை நிச்சயமாக கடைப்பிடிக்க முடியும். எனவே சுகாதாரத்தை பின்பற்றி எம் உடல் ஆரோக்கியத்தை மேன்மைப்படுத்தி ஓர் நல் ஆரோக்கியம் உள்ள மானிடராக வாழமுடியும்.

சுகாதாரமே நல் ஆரோக்கியத்தை ஏற்றுக்கொள்ளும் நீங்கள்

ஆக்கம்
பா. தூர்ச்சிகா
தரம் - 09

நோயைப் புரப்பாதெ

தெருவில் குப்பைப் போடாதே
 தீணமும் நோயால் வாடிடுவாய்
 உருவிலே சிறிய ஈயினால்
 உனக்கு அழிவை தேடாதே

அயலில் குப்பையைப் போடுவதால்
 அதீகம் பெருகிடும் நூளும்புகளே
 அதனை அழிக்கத் திட்டம் கொண்டு
 அசுத்தம் போக்கிட முயன்றிடுவாய்

குப்பைத் தொட்டி இருக்கையிலே
 கூடும் கழிவைப் போடாமல்
 அயலில் அவற்றைப் போட்டு விட்டு
 அழிவை ஏனோ தேடுகிறாய்

வீடும் வீதியும் சுத்தமென்றால்
 விளங்கும் உந்தன் வாழ்வும் சிறப்பாய்
 நூடும் உயரும். நூழும் உயர்வோம்
 நல்லவை எங்கும் பெருகிடுமே.



இடுக்கம்

ஸ்ரீ. அனந்தரா

தாரம் - 09

விடுக்காலத்துறை விஷயகநும்

01. அல்லிப்பூ மர்வதெப்படி? விதியை வெல்வதெப்படி?

மதியால்

02. அவமானம் சேர்வதெப்படி? அமாவாசை வருவதெப்படி?

மதி இழப்பால்

03. கழுகு வட்டமிடுவதேன்? மாரடித்து அழுவதேன்?

பிணத்திற்கு

04. நாயைக் கண்டு நடுங்குவதேன்? நடப்பவன் செருப்பை கழட்டுவதேன்?

கழப்புதால்

05. மாடு பயிரை மேய்வதேன்? மங்கை குமரியாப் பிருப்பதேன்?

கட்ட ஆளில்லாமல்

06. குப்பை தேங்குவதேன்? கழந்தை அழுவதேன்?

எடுப்பாரின்றி

07. பாண்டவர் வந்ததெப்படி? பால்கறப்பதெப்படி?

அந்தி கிருந்து

08. பாம்பு ஒடுவதேன்? பாண்கிணறு இழவதேன்?

அழப்பாரற்று

09. சிறுவர்கள் விடுவது எது? படித்துப் பெறுவது எது?

பட்டம்

10. முகில்கள் கட்டுவதேன்? தவணை கத்துவதேன்?

மழை வருவதற்கு

COMPLIMENTS
OF
FORUM

பாலையா தனுராஜ்

தரம் - 8

யா/தம்பாட்டி அரசினர் தமிழ்க்கலவன்
வித்தியாலயம்

உறுப்புக்களின் உயிர்கள்

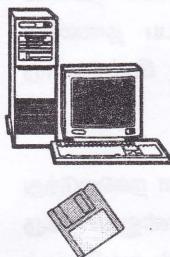
இறந்து போன பிறகும் சில உறுப்புக்கள் சிறிது நேரம் உயிருடன் இருக்கும்.

எந்தெந்த உறுப்புக்கள் எவ்வளவு நேரம் உயிருடன் இருக்கும் என்பதைக் கேட்டால் ஆச்சரியமாக இருக்கும். இதைப் படித்து நீங்களும் ஆச்சரியப் படுங்களேன்.

ஏ	எலும்பு	-	30 நிமிடம்
ஏ	கண்கள்	-	31 நிமிடம்
ஏ	மூணளை	-	10 நிமிடம்
ஏ	கால்	-	04 நிமிடம்
ஏ	தோல்	-	05 நிமிடம்
ஏ	இதயம்	-	10 நிமிடம்
ஏ	காது	-	01 நிமிடம்
ஏ	தோல்பட்டை	-	04 மணிநேரம்

பொது அறிவு

01. நள்ளிரவில் கூரியன் தெரியும் நாடு எது?
நோர்வே
02. மிக வேகமாகப் பறக்கும் பறவை எது?
முள்வால் ஸ்விப்ட்
03. இலங்கையின் மிகவும் உயரமான நீர்வீழ்ச்சி எது?
பம்பரகந்தை
04. துவிச்சக்கர வண்டியை முதலில் கண்டு பிடித்தவர் யார்?
மிக்கி மகிலன்
05. பாக்கு நீரிலையை முதலில் நீந்திக் கடந்தவர் யார்?
நவரத்தினசாமி
06. பறந்து கொண்டு நீரை பருகக் கூடிய பறவை எது?
சக்கரை வானம்
07. கணவியின் தந்தை எனப்படுவர் யார்?
கார்ஸ் ஃபேச்
08. ஏறும்பில் உள்ள அமிலம் எது?
சித்தரிக்கமிலம்



கம்பியூட்டர் வைரஸ்

மனிதக் கவனக் குறைபாடு நடவடிக்கைகளினால் உடலுக்குள் புதுந்து உருவாக்கும் கிருமிகளைப் போல கம்பியூட்டரைப் பயன்படுத்துபவரின் கவனக் குறைவான செயல்களினால் கம்பியூட்டருக்குள் புதுந்து தீவிர விளைவிக்கும் சிறிய புரோகிராம்களே கம்பியூட்டர் வைரஸ்.

கம்பியூட்டருக்கு ஊறு விளைவிக்கும் புரோகிராம்களை அற்ப சந்தோஷத் திற்காக சில புத்திசாலித்தனமான புரோகிராம்களை எழுதுகின்றனர். நோய் கிருமிகள் ஒருவரிடமிருந்து இன்னொருவருக்குப் பரவுவது போன்றே கம்பியூட்டர் வைரஸம் ஒரு கம்பியூட்டருக்கு பரவுகின்றது.

மனிதன் சுவாசிக்கும் காற்று, உண்ணும் உணவு, பயன்படுத்தும் பொருட்களின் மூலமாக கிருமிகள் பரவி உடலுக்குள் புதுந்து ஊறுப்புக்களைப் பாதிப்பது போல் நாம் பயன்படுத்தும் Floppy disk கள் New Work தகவல் தொடர்பு E-Mail மற்றும் Internet வழியாக வைரஸ் புரோகிராம்களை நம் கம்பியூட்டரில் புதுந்து Hard Disk லீல் சேமித்து வைத்துள்ள தகவல் களையும், புரோகிராம்களையும் பாதிக்கின்றன.

விளையாட்டுப் போக்கில் விபரிதமான புரோகிராமை எழுதி அதை கம்பியூட்டர் பயனாளர்கள் விரும்பிப் பயன்படுத்தும் Disk களில் பதிந்து உலாவ விடுகின்றனர். அந்த Disk முதலில் பயன்படுத்துபவரின் கம்பியூட்டரில் பயன்படுத்தப்படும். ஏனைய கம்பியூட்டர்களுக்கு பரவி விடுகின்றது.

கம்பியூட்டர் வைரஸ் முதலில் உருவாக்கப்பட்டது டேவிட் ஜெரால்டு என்னும் நாவலாசிரியர் 1972லும் ஆண்டு எழுதிய நாவல் ஓன்றில் கம்பியூட்டர் வைரஸை உருவாக்கி உலவ விட்டு பிறகு நீக்கிப் புரோகிராம் எழுதி பணம் சம்பாதிக்கலாம் வில்லனைப் படைத்துக் காட்டியுள்ளார். அது வெறும் கற்பண்ணயே. வைரஸ் புரோகிராம் எழுதும் தொழில் நுட்பத்தை ஜெரால்டு உட்பட அப்போ எவரும் அறிந்திருக்கவில்லை.

கலிபோர்னியாப் பல்கலைக்கழகத்தில் ஆய்வுப் பணியில் ஈடுபட்டிருந்த பிரெட் கோடுவரன் என்பவர் தான் முதன் முதலில் கம்பியூட்டர் வைரஸை

உருவாக்கியவர். 1983இம் ஆண்டு நடைபெற்ற Network தகவல் பரிமாற்றத்தின் பாதுகாப்புப் பற்றிய கருத்தரங்கில் நம்முடைய தலையீடு இல்லாமல் ஒரு புரோகிராம் ஒரு கம்பியூட்டரிலிருந்த இன்னொரு கம்பியூட்டருக்கு பரவ முடியும் என்பதை விளக்கினார்.

1986இம் ஆண்டு பாகிஸ்தானில் Software தொகுப்புக்களை நகலெடுத்து விற்பனை செய்து வந்த பாசித் ஆல்வி, அம்ஜத்ஆல்வி என்னும் இரு கோதரர்கள் உருவாக்கிய சி. பிரெய்ன் (C.Brain) வைரஸ்தான் கம்பியூட்டர் உலகில் கண்டறியப்பட்ட முதல் வைரஸ். அதன் பிறகு ஆயிரக்கணக்கான வைரஸ்கள் உலகில் உலாவி வருகின்றன. இது வரை 1200 வைரஸ்கள் கண்டறியப்பட்டுள்ளதாக ஒரு புள்ளிவிபரம் கூறுகிறது.

ஒரு வைரஸ் கண்டறியப்பட்ட உடனே அதனை அழிக்கும் புரோகிராமை கம்பியூட்டர் வல்லுனர்கள் எழுதி விடுகின்றனர். இத்தகைய வைரஸ் எதிர்ப்புக் புரோகிராம்களை மூன்று வகையாகப் பிரிக்கலாம்.

1. வைரஸ் இருப்பதை கண்டறிந்து சொல்பவை
2. வைரசைத் தேடிப்பிடித்து நீக்குபவை
3. கம்பியூட்டர் நினைவுகத்தில் தங்கியிருந்த வைரஸ் நுழைய முயலும் போது கண்காணித்துச் சொல்பவை.

நகர்ச்சவை

மது : புகையாரே எப்படி உள்ளே நுழைந்தீர்

புகை : மனிதனிடம் கலாச்சார ரசனை இருக்கின்றதே

மது : அது எப்படி

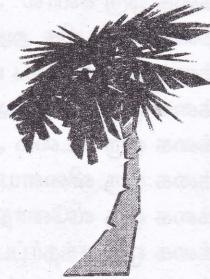
புகை : உன்னை என்னை பாவித்தால் எதிர் எதிர் வேலைகளைச் செய்கின்றதாம்.

ஓமுக்கம் : முடியாது பன்டோலால் எவ்வாறு தலைவலியை உண்டாக்கவும் மாற்றவும் முடியும். இவையனைத்தும் பாவிப்பவர் சொல்லும் போலிக்காரனம்.

N. வைஷ்வராஜா
Deepam

யாழ்ப்பாணத்தின் முதுகைவும்பாம் பகனவளம்

நாற்று நட வேண்டாம்
 நல்ல நீர் விட வேண்டாம்
 ஊற்றுக் கால் பாசனாயும்
 உரமும் இட வேண்டாம்
 ஆத்துக் கல் வண்டல் மண்
 ஆதிரம் ஏதுமின்றி
 தூத்தல் மழையுமின்றி
 தோன்று வோம் மண்மீது.



ஆற்றல் மீது ஆண்டவனார்
 அருள்வான் கருணையினால்
 தோற்றும் எடுத்த விட்டோம்
 செல்வான் பனையரமாம்
 கூட்டாஸ் கூட்டுமெனச்
 காட்டுக் கரை வெளியில்
 நிட்டோலை அசைந்தாட
 நீற்கின் நோம் உமக்காக.

பல கோடி பயன்தரவே
 பனைக் குலங்கள் இருக்கின்றன
 பலத்தோடு வாழ்வதற்கு
 பலன் தரவே வாழ்த்துகின்றோம்
 குலம் வாழக் குடி வாழ
 நம்புங்கள் எம் குலத்தை
 நாமிறந்தும் பயன் தருவோம்.

**WITH COMPLIMENTS
OF
SACUT.**

நஞ்சை நல்வேலிகளும்
 நாலு பல ராணி களும்
 புன் செய்ய புலன் பலவும்
 புதிதாக நாம் பிறப்போம்.

முந். விதுசுன்
S.A.C

வாழ்க்கையின் தத்துவங்கள்

வாழ்க்கை ஒரு சவால் அதனையும் சந்தியுங்கள்
 வாழ்க்கை ஒரு பரிசு அதனை ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள்
 வாழ்க்கை ஒரு சாகசப் பயணம் அதனை மேற்கொள்ளுங்கள்
 வாழ்க்கை ஒரு துயரம் அதனை கடந்து வாருங்கள்
 வாழ்க்கை ஒரு கடமை அதனை நிறைவேற்றுங்கள்
 வாழ்க்கை ஒரு விளையாட்டு அதனை விளையாடுங்கள்
 வாழ்க்கை ஒரு விளோதம் அதனை கண்டறியுங்கள்
 வாழ்க்கை ஒரு சந்தர்ப்பம் அதனைப் பயன்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்
 வாழ்க்கை ஒரு பயணம் அதனைத் தொடருங்கள்
 வாழ்க்கை ஒரு காதல் அதனை அனுபவியுங்கள்
 வாழ்க்கை ஒரு அழுகு அதனை ஆராயுங்கள்
 வாழ்க்கை ஒரு உணர்வு அதனை உணர்ந்து கொள்ளுங்கள்
 வாழ்க்கை ஒரு போராட்டம் அதனை எதிர்கொள்ளுங்கள்
 வாழ்க்கை ஒரு குழப்பம் அதனை விடை காணுங்கள்
 வாழ்க்கை ஒரு இலக்கு அதனை எட்டிப்பிடியுங்கள்
 வாழ்க்கை ஒரு சோகம் அதனை கடந்து வாருங்கள்
 வாழ்க்கை ஒரு பாடல் அதனை பாருங்கள்

* * *

7. பட்டா

அனுபவங்கள் பதின்மூன்று

மிகமிக நல்ல நாள்	- இன்று
மிகப்பெரிய வெகுமதி	- மன்னிப்பு
மிகவும் வேண்டாதது	- வெறுப்பு
மிகப்பெரிய தேவை	- சமயோஜித புத்தி
மிகக் கொடிய நோய்	- பேராசை
மிகவும் சலபமானது	- குற்றம் காணல்
நம்பக்கூடாதது	- வதந்தி
ஆபத்தைவிளைவிப்பது	- அதிக பேச்சு
செய்யக்கூடாதது	- உபதேசம்
செய்ய வேண்டியது	- உதவி
விலக்க வேண்டியது	- விவாதம்
உயர்வுக்கு வழி	- உழைப்பு
நமுவக்கூடாதது	- வாய்ப்பு

M. ஷந்தீ
பீம்

சரவணை மேற்கு 2ம் வட்டாரம் வேலனை (V. சன்னிமடு)

இண்டைத் தரவுகள்

✿ குடும்பங்களின் எண்ணிக்கை	-	45
✿ அங்கத்தவர் எண்ணிக்கை	-	180
✿ மது, புகையிலை, வெற்றிலை பாவிப்போர் எண்ணிக்கை	-	47
✿ ஒரு நாள் செலவு	பணம் ரூபா	
சராசரி	70/-	
கிராமச் செலவு	70x 47 =3290/-	
ஒரு மாதம் மது, புகை, வெற்றிலைச் செலவு	3290 x 30 = 98700/-	
ஒரு வருடச் செலவு	98700 x 12 = 1184400/-	

எமத கிராம பொருளாதார விழ்ச்சிக்கு காரணம் மது, புகைத்தல், வெற்றிலை பாவனை அதிகரித்தமையே. எனவே அவற்றை இயன்றவரை குறைப்பது நல்லது.

A. Justeen

சிரிப்பில் சில மனிதர்

கண் பார்த்துச் சிரிப்பவன்	-	காரியவாதி
காணாமல் சிரிப்பவன்	-	கஞ்சன்
கற்பணனயில் சிரிப்பவன்	-	கவிஞர்,
மோகத்தில் சிரிப்பவன்	-	வெறியன்
தெரிந்தது போல் சிரிப்பவன்	-	பச்பாளன்
லூயாமல் சிரிப்பவன்	-	யைத்தியக்காரன்
ஓடவிட்டுச் சிரிப்பவன்	-	வஞ்சகன்
நீதியோடு சிரிப்பவன்	-	பச்சோந்தி
அருளுக்குச் சிரிப்பவன்	-	ஞானி
துக்கத்தில் சிரிப்பவன்	-	மனிதன்
தூக்கத்தில் சிரிப்பவன்	-	கற்பணனயாளன்



நீங்களும் தெரிந்து கொள்ளுங்கள்

- தேவையானவை : நீர், குடுவை, புகை, தவளை செய்முறை : ஒரு குடுவையில் நீரை எடுக்கவும் அந்நீரினுள் புகை (ஏரியும் சிக்கரட்டை வைக்கவும்)
- விளைவு : அந்நீர் மஞ்சள் நிறமாக மாறுவதை அவதானிக்கலாம். பின்பு அந்நீரை தவளையின் உடலுக்கள் (வாய்வழியாக) செலுத்தவும்.
- அவதானம் : அத்தவளை சிறிது ரேத்தில் இறப்பதை அவதானிக்கலாம்.
- முழுவு : உடம்பில் நீர் உள்ள மனிதனுக்கும் புகையின் தாக்கம் உண்டு என்பதை முழுவு செய்யலாம்.

N. வந்தோஜா

ஏட்டிலே நுடந்த சரித்திர சமீபவயி

- ☛ 1638ஆம் ஆண்டு ஒல்லாந்தருக்கும் கண்டி மன்னனுக்கும் இடையில் ஓப்பந்தம் நடைபெற்றது.
- ☛ 1658ஆம் ஆண்டு இலங்கையில் கரையோர பகுதியில் ஒல்லாந்தர் ஆட்சி நடைபெற்றது.
- ☛ 1798ஆம் ஆண்டு ஸ்ரீ விக்கிரம இராஜசிங்கன் கண்டி அரசனாதல்
- ☛ 1798ஆம் ஆண்டு கண்டியின் மன்னன் இராஜாதி இராஜசிங்கன் இறத்தல்.
- ☛ 1798ஆம் இலங்கையின் இரட்டை ஆட்சிமுறை கொண்டு வரப்பட்டது.
- ☛ 1818ஆம் ஆண்டு கண்டிக் கலகம் நடைபெற்றது
- ☛ 1848ஆம் ஆண்டு ஆங்கிலேயருக்கு எதிரான கலகம் நடை பெற்றது.
- ☛ 1948ஆம் ஆண்டு இலங்கை சுதந்திரமடைந்தது
- ☛ 1958ஆம் ஆண்டு இலங்கையில் இனக்கலவரம் ஏற்பட்டது.
- ☛ 1978ஆம் ஆண்டு ஜனநாயக சோசலிசுக் குழியரசு கொண்டு வரப்பட்டது.

தொல்லை

புவான உனது மனைவி
 புருசனுக்காய் வாழ்க்கை நடத்த
 புள்ளியான் குட்டிகளாய்
 பிள்ளைகளை உனதருகில் இருக்க
 போத்தல் தான் தேவை என்று
 புதிரான வாழ்க்கை நடத்துகிறாயே

நாள்தோறும் நான்கிரண்டு போத்தல்
 அடித்து விட்டு
 நற்கணம் அற்றவனாய்
 நடுரோட்டில் வருவதேன் மனீதா
 நாட்டு நடப்பு அறிந்தும்
 நாட்டைக் கெடுப்ப தென்றும்
 நல்லவண்ணம் அற்றவனாய்
 நாசப் போதையைப் பாவிப்பதேன்

புகை புகையாய் இழுத்துத் தள்ளி
 புண்ணக்கிறாயே உனது ஈரவை
 புத்திமானாய் வாழ வேண்டிய நீ
 புகைத்தலால் அழிவதேன்.



ஜெபநீசன், ஆஸ்தா,
 சுலக்கான், மெனாலக்கான், சிசன்
 யா/புனித அந்தோனியார் கல்லூரி
 ஊர்காவற்றுறை

கவியது முன்னுரிமை

அழகிற்கு அல்ல
 அறிவுக்கே முன்னுரிமை
 பணத்திற்கு அல்ல
 பாசத்திற்கே முன்னுரிமை
 உபதேசத்திற்கு அல்ல
 உதவிக்கே முன்னுரிமை
 ஆசைக்கு அல்ல
 அன்பிற்கே முன்னுரிமை
 ஊருக்கு அல்ல
 உறவினருள்கே முன்னுரிமை
 அன்பருக்கு அல்ல
 நண்பருக்கே முன்னுரிமை
 பருவத்திற்கு அல்ல
 பண்பிற்கே முன்னுரிமை
 முத்தவருக்கு அல்ல
 வாழ்க்கைக்கு அல்ல
 வாழ்வதற்கே முன்னுரிமை
 கற்பித்தலுக்கு அல்ல
 கற்பதற்கே முன்னுரிமை

இன்னோக்ஸ் எட்டு

பெற்றோர்களிடத்து மலரும் பூ	- அன்பு
இரு நண்பரிடையே மலரும் பூ	- நட்பு
மகிழ்ச்சியின் போது மலரும் பூ	- சிரிப்பு
உழைப்பின் போது மலரும் பூ	- களைப்பு
தவறின் போது மலரும் பூ	- தப்பு
வாதாடும் போது மலரும் பூ	- எதிர்ப்பு
மனத்துயரின் போது மலரும் பூ	- வெறுப்பு
தவறை உணரும் போது மலரும் பூ	- மன்னிப்பு

S. பவானி - தீபம்

புதிய கல்விக் கொள்கை

நராயிரம் ஆண்டில்
 எல்லோர்க்கும் கல்வியென
 அகிலம் வகுத்த விதிகளை
 நம் நாடும் ஏற்றதே!
 இதனால் இன்று பிறந்தது
 புதிய கல்விக் கொள்கை
 கற்றோர் மற்றோர் என்ற
 கடும் பேதும் அகன்றிட
 எத்திறனையும் அளந்திட
 இன்றைய கல்விக் கொள்கை
 நுண்மதி மதிப்பீடு என்ற
 உயர் தீர்ண்கள் நிறைந்த
 கண்ணிய வாழ்வுக்கு ஏற்ற
 கருத்தாளம் மிக்க கொள்கை
 ஆண்டு ஒன்றில் அறிமுகமாகி
 ஆண்டு பதின்மூன்றில்
 நுண்மதியாளன் மதிப்பீட்டு
 வாழ்வியலை விளங்க வைக்கும்
 கல்விக் கொள்கை!
 மற்றவர்கள் எல்லாத்தையும்
 மாறிவரும் உலகிற்கு ஏற்றாற்போல்
 போற்றத்தக்க தீட்டம் கொண்டு
 புதிதாகப் பிறந்திட்ட
 புதிய கல்விக் கொள்கை!

ம. சுர்யினா
 தீபம்

மனீத நேயும் தான் என்ன!

ஓ. மனீத நேயும் தான் என்ன!

காணகத்தில் காணவில்லை.....

காரிருளில் கைவிட்டு.....

சென்றவன்தான் நான்....

நம்பி வந்த பெண்மணியை.....

நடுக் காட்டில் விட்டவனுக்கு....

காலியும் தான் ஏனோ?.....

மனீத நேயும் தான் என்ன!

வண்ணான் சொன்ன வடு கேட்டு....

நாயகன் வந்து மீட்கும் வரை...

நாயகி நான் தவழிருப்பேன்....

என்று கூறிய சீதையை....

தீக்குளிக்க விட்ட ராமனிற்கு....

ராமாயணமா? அவனீற்கொரு இதிகாசமா?

மனீத நேயும் தான் என்ன!

வாய்மை தவரேன் என்று....

வாக்கைக் காப்பதற்கு நாடிழுந்து....

நாவந்து நகரை இழுந்து தன்னையும்....

இழுந்தான் அரிச்சந்திரன் அதற்காக....

கைப்பிடித்த மனைவியும் மகனும்

பரம இராமனுக்கு அடிமையாய் விற்றவனீற்கு

ஒரு வாய்மை வேண்டுமா?

அவனீற்கொரு கதை வேண்டுமா?

மனீத நேயும் தான் என்ன?

ந. ஜிவன் - தீபம்





வாழ்வ வாழ்க்கை வசந்தகணே....

தொடர்ந்து கொண்டிருக்கும் போரின் விளைவுகள் சொல்லில்தங்கா. பொருள் இழப்பு, தொழில் இழப்பு, அங்க இழப்பு, உறவுப் பிரிவு, உளச்சிதைவு, இன்னும் பலப்பல.

மக்கள் இத்தனையிலும் மத்தியில் போதை, பேதைப் (மது, மாது) பிரச்சினைகள். மக்களின் வாழ்வாதாரப் பெருக்கத்திற்கான பல அரசசார்பற்ற நிறுவனங்கள், சொகுச வாகனங்கள், வாழ்வாதாரப் பெருக்கம் என்ற பெயரில் தங்களை வாழ்வித்துக் கொண்டிருக்கும் “வள்ளல்கள்”.

எல்லா இழப்பு ஆறுகளும் சங்கமமாவது உளம் என்ற கடலில்தான். இந்த உள்கடல் கொந்தளிக்கும்போது பேரழிவாகும். தன்னையும் தன்னைச் சூழ்ந்துள்ளோரையும் அது தாக்க வல்லது. இழப்பு அதிர்வுகள் உளத்தைத் தாக்காதிருக்க வேண்டுமானால் என்ன செய்யலாம். உளத்தை எதற்கும் இணைத்து (Flexible) கொடுக்கக் கூடியதாக வைத்திருக்க வேண்டும். பண்பட்ட உளம் என்று இதை அழைக்கலாம். உளத்தின் இறுக்கம் கடினம் ஓரளவுக்குத்தான். அதுமேல் அடிப்பட்டு இது உடைந்தால் ஒட்டுப்போட முடியாது. உளம் சிதறுண்ட நிலைதான் தற்கொலைக்கு அடித்தளமாகின்றது.

இளையோரை இழப்புக்கள், ஏமாற்றங்கள், இக்கட்டுக்கள், பிரிவுகள், துன்பங்கள், துயரங்கள் வரும்போது உளம் சிதைவுறாமல் காத்துக்கொள்ளுங்கள். துன்பம் தொண்டையை அடைக்கும் பொது அழுது தீர்த்துவிடுங்கள். எதிர்பாராத இழப்புக்கள், தீராத நோய்கள், திமர் ஏமாற்றங்கள் ஏந்பட்டால் முதலில் ஏற்றுக்கொள்ளுங்கள் (Accept). வாழ்வின் நிலைங்களை (Realities of life) எவ்வேளையிலும் நிராகரிக்காதீர்கள்.

நீங்கள் பண்பட்ட உளம் உடையவரானால் உடைந்த உளத்திற்கு உதவுங்கள், அதற்குச் செய்ய வேண்டியவை.

- ☛ முழுமையாக ஏற்றுக்கொள்ளுங்கள்
- ☛ தோழுமையோடு நடந்து செல்லுங்கள்
- ☛ இதமாகத் தட்டிக் கொடுங்கள்

“சொந்த விளைச்சலில் பொங்க முடியாவிட்டாலும் எமது உளம் உவகையால் பொங்கட்டும்” உங்கள் அனைவருக்கம் பொங்கல் வாழ்த்துக்கள்.

கிளவல்
ஊர்காலற்றுறை

நீங்களும் குடி நோயாளியா? இல்லையா என்பதை தீர்மானித்துக் கொள்ளலாம்.

அம்/தீர்மானம்

01. குடிப்பதனால் உங்கள் வேலை பாதிக்கப்படுகின்றதா? ()
02. குடிப்பழக்கம் உங்கள் குடும்பத்தின் மகிழ்ச்சியைக் கெடுக்கின்றதா? ()
03. நீங்கள் கூச்ச சுபாவம் உடையவர்களாய் இருப்பதனால் குடிக்கின்றீர்களா? ()
04. குடிப்பழக்கம் உங்கள் புகழைப் பாதிக்கின்றதா? ()
05. குடித்ததற்குப் பிறகு நீங்கள் எப்போதாவது தனித்து விடப்பட்டவர்களாக கருதியதுண்டா? ()
06. குடிப்பழக்கத்தினால் உங்களுக்கு பொருளாதார நெருக்கடிகள் ஏற்பட்டுள்ளனவா? ()
07. நீங்கள் உங்கள் தகுதிக்கு குறைவானவர்களோடு அல்லது தாழ்வான சூழ்நிலைகளின் மத்தியில் குடித்ததுண்டா? ()
08. உங்கள் குடிப்பழக்கம் உங்கள் குடும்ப நலனில் உங்களை அக்கறையற்றவர்களாய் மாற்றியிருக்கின்றதா? ()

09. வாழ்க்கையில் முன்னெற வேண்டுமென்ற ஆவல் குடியினால் தடைப்பட்டுள்ளதா? ()
10. தினந்தோறும் ஒரு குறித்த நேரத்தில் குடிக்க வேண்டும் என்ற நிர்ப்பந்தமான ஆவல் உங்களை வாட்டுகின்றதா? ()
11. அடுத்தநாள் காலையில் உங்களுக்கு மது வேண்டும் என்ற கட்டாய உணர்வ ஏற்படுகின்றதா? ()
12. உங்கள் குடிப்பழக்கம் உங்கள் நல்ல தூக்கத்திற்கு இடையூறாக இருக்கின்றதா? ()
13. குடிக்க ஆரம்பித்ததிலிருந்து உங்களுடைய திறமை குறைந்து வருகின்றதா? ()
14. குடி உங்கள் வேலையையோ தொழிலையோ பாதிக் கின்றதா? ()
15. நீங்கள் உங்கள் கவலையையும் தொல்லைகளையும் மறக்கக் குடிக்கின்றீர்களா? ()
16. நீங்கள் தனியாக குடிக்கின்றீர்களா? ()
17. குடிப்பதன் விளைவாக உங்களுக்கு முழு மறதி ஏற்பட்டுள்ளதா? ()
18. உங்களுடைய மனவலிமையை பெருக்கிக் கொள்வதற் காக குடிக்கின்றீர்களா? ()
19. எப்போதாவது உங்களை மருத்துவர் உங்கள் குடிப் பழக்கத்திற்காக மருத்துவ உதவி அளித்துள்ளாரா? ()
20. குடியின் விளைவாக எப்போதாவது மருத்துவமனைக்கு சென்றுள்ளீர்களா? ()

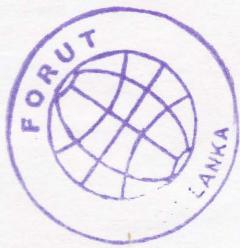
மதிப்பெண்கள்

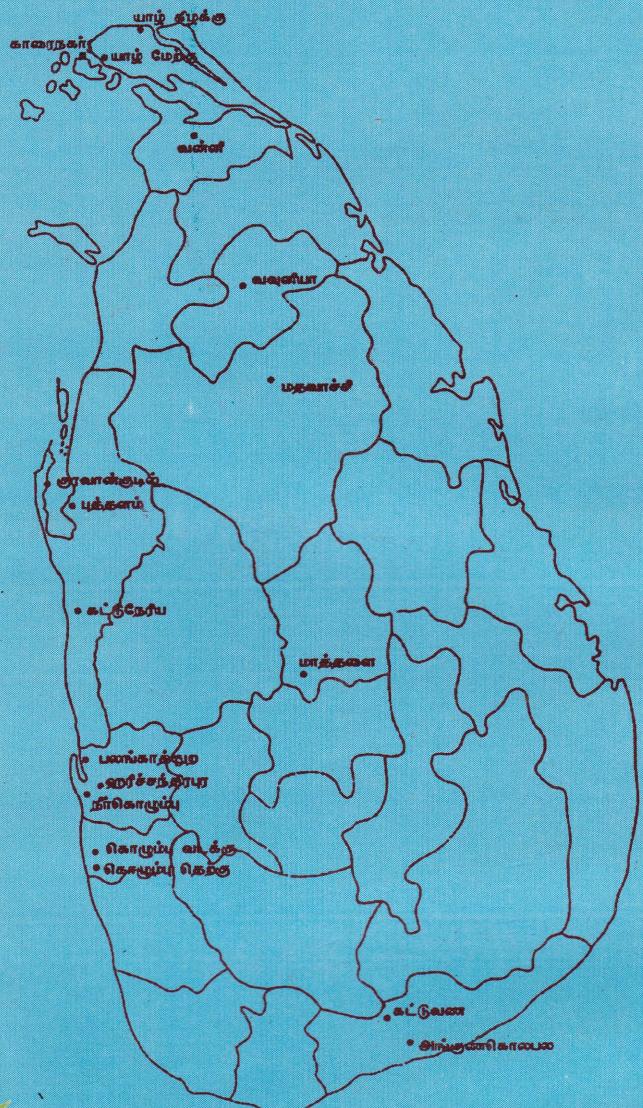
- ஈ நீங்கள் ஏதாவது ஒரு கேள்விக்கு ஆம் என்று விடையளித் திருந்தால் நீங்கள் ஒரு குடி நோயாளியாக மாற வாய்ப்பு உண்டு. என்ற எச்சரிக்கை உங்களுக்கு கொடுக்கப்படுகின்றது.
- ஈ நீங்கள் ஏதாவது இரண்டு கேள்விகளுக்கு ஆம் என்று பதில் கூறியிருந்தால் நீங்கள் குடிநோயாளியாக இருக்க வாய்ப்பு உண்டு. மூன்று அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட கேள்விகளுக்கு ஆம் என்று பதில் கூறியிருப்பின் நிச்சயமாக நீங்கள் ஒரு குடி நோயாளியாக இருக்க வாய்ப்பு உண்டு.











தீயம்
தீவகம், பிரதான வீதி,
ஹர்காவற்றுறை.
T. P : 021 222 3743

