மே 2017

ඔලිඅරසි

OLIARAZI

மாதாந்த குடும்ப சஞ்சிகை

ஒளிஅரசி

ஒளி 04 இதழ் 05

ரூபா 75

மங்கையரின் தோழி

பக்கங்கள் : 104 (72 + XII + 12 + VIII)

தோல்வியிலிருந்து எழுவோம்

அன்னையர் தின சிறப்பிதழ்

நிஜவதையாகும் பகிடிவதை

சிரேஷ்ட மாணவர்கள் சிந்திப்பார்களா?

குட்டீஸ் மூலையும் மூளையும்

எல்லையில்லா உறவு

கருவுற்றால்? கருணையுற்றால்? கருவுடன் கருணையுற்றால்?

Free

கவியரங்கு கையேடு, தரம் 5 மொழிபெயர்ப்பு வினாத்தாள், போட்டிப்பரீட்சை வழிகாட்டி

ES
Printers
ES GiftZ
digital printing | offset printing
silkscreen printing | large format printing
digital & variable data printing
photo printing | sticker & poster printing
and many more...
COMPANY NAME
John Smith
யாழ். நகரப் பகுதியில் குறைந்த செலவில் சகல அச்சிடல்
வேலைகளையும் பெற்றுக்கொள்ள நாடவேண்டிய ஒரே இடம்
Be Happy to with us by sending your presents
for your relations through our website
www.esgiftz.com
info@esgiftz.com
Poster / Notice / Lable / Wedding Card/ Bag Print Award / Frame Item / Batch / Vehicle Brand / T-Shirt / Cap / ID Card / Key Tag / Book Mark / Pen Print / Book Printing / Woodent Print
ES GiftZ
Bill book, Carbon copy & non carbon copy, for all institutes with Colour or B/W print as your favourable sizes with lower price in required time.
LIVEUP
021 4927 471 / 021 4927 472
esprintersjaffna@gmail.com
357, Kasthuriyar Road, Jaffna.

அன்னையர் அனைவருக்கும் ஒளிஅரசியின் அன்னையர் தின வாழ்த்துக்கள்

வைகாசி படையல்கள்...

நீ, நீயாகவே இருக்க...
திட்டமிடல்

நிதானத்தின் மூலம் உயிர்களை பாதுகாப்போம்
சமூக விழிப்புணர்வு

இளவயதுத் திருமணத்தின் சீரழிவு
உண்மைச்சம்பவம்

புதுமை ஒரு மீள்நிரப்பி
கவிதைப் புனல்

அன்புள்ள அம்மா
கதை சொல்லும் கவி

மூன்று மனங்கள்
மனோசக்தியின் இரகசியங்கள்

யாதுமானவன்
நந்தவனம்

லா லா லாண்ட்
நல்லதோர் சினிமா

அவள் ஒரு தியாகி
அன்னையர் தின சிறப்பு சிறுகதை

மூல நோய் முழுமையான பார்வை
ஆயுள் வேத மருத்துவம்

Planning → puts → **you on your side**

நீ, நீயாகவே இருக்க...

திட்டமிடல் எவ்வாறு உதவுகிறது

திட்டமிடலானது எப்படி வெற்றிகரமான வாழ்க்கைக்கு உதவிபுரிகின்றது என்பதை இங்கு பார்ப்போம். திட்டமிடலால் கிடைக்கும் பத்து நன்மைகள் உங்களுக்காக ஒளிஅரசியால் பட்டியல்படுத்தப்படுகின்றன.

1) **Direction -** (வழி/திசை) செயற்படவேண்டிய வழியைக் காட்டும்.
2) **Dream -** (கனவு) உங்கள் கனவை நனவாக்கும் படிமுறைகளைத் தரும்.
3) **Control** (கட்டுப்பாடு) உங்கள் செயற்பாடுகளைக் கட்டுப்படுத்தும்.
4) **Peace** (அமைதி) செயற்பாடுகளில் அமைதியைத் தரும்.
5) **Purpose** (நோக்கம்) உங்கள் நோக்கத்தை துல்லியமாகக் காட்டும்.
6) **Passion -** (ஈடுபாடு) செயற்பாட்டில் ஈடுபாட்டைத் தரும்.
7) **Empowers** (வலுவூட்டல்) உங்களுக்கு வலுவூட்டும்.
8) **God** (கடவுள்) கடவுளையே கௌரவப்படுத்தும்.
9) **Subconcious mind** (ஆழ்மனது) ஆழ்மனதை வெற்றியை நோக்கி நகர்த்தும்.
10) **Freedom** (சுதந்திரம்) உங்கள் வாழ்வில் சுதந்திரத்தை உருவாக்கும்.

எனவே, வாருங்கள் மே மாத வாழ்க்கையை இயன்றவரை திட்டமிடுவோம்......

திகதி	செய்யவேண்டிய விடயம்
....	....
....	....
....	....
....	....
....	....
....	....
....	....
....	....
....	....

1 உலகத் தொழிலாளர் தினம்
3 பத்திரிகை சுதந்திர தினம்
12 உலக தாதியர் தினம்
13 உலக ஒற்றுமை நாள்
14 அன்னையர் தினம்
31 புகையிலை எதிர்ப்பு நாள்

ஆர்.ஜனதன் BBA

எல்லையில்லா உறவு

அன்பான வாசகர்கள் அனைவருக்கும் மகிழ்ச்சி கலந்த வணக்கத்தினை தெரிவித்துக் கொள் வதில் நிறைவடைகின்றாள் ஒளிஅரசி.

உலகமே போற்றும் அன்னையர்தின சிறப்பு மலரோடு உங்கள் அனைவரையும் சந்திப்பதில் மிக்க மகிழ்ச்சி. முதியோர் இல்லங்களை நிறைக்கும் அன்னையரை நினைவில் கொண்டே இப்பதிவினை வாசகர்களுக்காக தருகின்றோம்.

இந்த பூவுலகில் எத்தனையோ உறவுகள் கொண்டாடப்பட்டாலும் நேசிக்கப் பட்டாலும் அதில் ஏதோ ஒரு ஆதாயம் நேசிப்பவருக்கும், நேசிக்கப்படுபவருக்கும் இயற்கையாகவே இருக்கத்தான் செய்கிறது. ஆனால் இந்த உலகில் எந்த எதிப்பார்ப்பும் இல்லாமல், உள்ளார்ந்த அன்பின் வெளிப் பாடாய் இருப்பது ஒரு தாய் தன் சேய் மீது காட்டும் அன்பு..

ஆங்கிலத்தில் ஒரு தத்துவமுண்டு, Father is a Faith but Mother is a Fact. அதாவது தந்தை என்பது ஒரு நம்பிக்கை அடிப்படையிலான விடயம். நமது தாய் சொன்னால்தான் தந்தை யாரென்பது நமக்கே தெரியும். ஆனால் தாய் என்பது ஒரு நிதர்சனமான உண்மை.

இறைவன் தன் வேலையை இலகுவாக்க தாயைப்படைத்தான் என்பது முற்றிலும் உண்மையான முதுமொழியாகும்.

அம்மா, மண்ணில் பிறக்கும் எந்தக் குழந்தையும் முதலில் சொல்லும் வார்த்தை. உடலில் எங்கேனும் வலியெடுத்தால் எம்மையும் மீறி எம் வாய் உச்சரிக்கும் வார்த்தை.தமிழின் முதலெழுத்தான அ கரத்தில் ஆரம்பித்து மெல்லினம் இடையாக ஆ எனும் ஓசையில் முடிவுறுவதால் **அம்மா என்ற சொல்லில் இலகுத்தன்மை,**

மே 14

எல்லையில்லா உறவு

இனிமை, மென்மை, அழகு, அன்பு அத்தனையும் தொனிக்கிறது.

அன்னை வழங்கும் அன்பிற்கு அளவேது, விலையேது? வற்றாத ஜீவநதியாக அன்னையர் தரும் அந்த அளவில்லாத அன்புதான் ஒவ்வொரு குழந்தைக்கும் ஆதார சக்தி.

மாதா, பிதா, குரு, தெய்வம் என்ற வரிசையில் கடவுளுக்கும் மேலாக அன்னையை வைத்த நமது மூத்தோரின் பாங்கிலிருந்தே அன்னை என்பவள் அத்தனை பேரையும் விட உயர்ந்தவள், உயரியவள் என்பது புரிகிறதல்லவா.

அன்னைக்கு பரிசுப்பொருள் கொடுத்தோ, பாதம் பணிந்து ஆசீர்வாதம் பெற்றோ, அரவணைத்து அன்புடன் தழுவி உளத்திறன் கொடுத்தோ, அன்னைக்கு மிகப்பிடித்த இடத்திற்கு அழைத்துச்சென்றோ அன்னையர் தினத்தை மலரச் செய்யலாம்.

இன்றைய காலத்தில் முதியோர் இல்லங்களும் அதில் அடைக்கலம் நாடி வரும் அன்னையர்களின் எண்ணிக்கையும் அதிகரித்த வண்ணமே உள்ளது. நாம் அனைவரும் ஒரு விடயத்தை கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும். அன்னையின் வார்த்தையை மதித்தவர்கள் தான் உலகம் போற்றும் உத்தமர்களாக வாழ்ந்திருக்கின்றார்கள். உதாரணமாக, இயேசு தன் தாயாரான மரியாளின் மீது அளவில்லாத அன்பும் பக்தியும் கொண்டிருந்தார். கௌதம புத்தர், காந்தி மகான், இந்திராகாந்தி அம்மையார், என அனைவருமே தாயைப்போற்றி வாழ்ந்தவர்கள் தான். அதனால் தான் அவர்கள் உன்னதமானவர்களாக போற்றப்பட்டார்களோ எனவும் எண்ணத்தோன்றுகிறது.

சுருங்கிப் போன முகத்துடன், தள்ளாடும் வயதில் இருந்தாலும், தன் நலத்தை விட தனது பிள்ளையின் நலனையே கருதிக் கவலைப்படும் உத்தமத் தாய்மார்கள் நிறைந்த நாடு நம் நாடு. அத்தகைய நடமாடும் தெய்வங்களாக விளங்கும் அன்னையர்களை நினைப்போம், அவர்களின் அன்பை போற்றுவோம், அவருக்கு நல்ல மகனாக மகளாக இருந்து கடமையாற்றுவோம்.

மாற்றங்கள் எதில் நிகழ்ந்தாலும் தாய்மையின் முழுமை, பாதுகாக்கப்படவேண்டும். தாய்க்கு மதிப்பளிப்போம், தள்ளி நிற்பதை தவிர்ப்போம், மூதாளர் பேணகங்களுக்கு விடைகொடுப்போம்.

பிரதம ஆசிரியர்
யசோதை சரவணபவன்

உதவி (4)

அரசியின் 'உதவும் கரம்' செயற்றிட்ட வரிசையில்

ஒளிஅரசியின் ஏப்ரல் மாத உதவிச்செயற்றிட்டத்தின் மூலமான கல்வி ஊக்குவிப்பு நிதியானது கிளி/ செந்திரேசா மகளிர் கல்லூரி மாணவியான கந்தசாமி டிலக்ஷிகாவிற்கு வழங்கப்பட்டது. வீரசிங்கம் விஜய்யின் (சாவகச்சேரி) உதவித்தொகை ரூபா 10,000 சகோதரர் வீரசிங்கம் வீமனாலும் இலக்கியாவின் (கொழும்பு) உதவிப்பணம் ரூபா 5000 ஓய்வுபெற்ற அதிபரும் ஒளிஅரசி முகாமையாளருமான கே. ஜெயக்குமார் அவர்களாலும் பாடசாலை அதிபர் முன்னிலையில் வழங்கப்பட்டது. இவ் உதவியினை வழங்கிய விஜய் மற்றும் இலக்கியா இருவரினதும் முன்மாதிரியான சமூகசிந்தனையை பாராட்டுவதுடன் நன்றிகளையும் தெரிவித்துக்கொள்கின்றது ஒளிஅரசி.

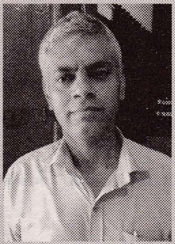
எது கவிதை?

கவிதை
எழுதத்துடிக்கும்
எந்தக் கவிஞனுக்கும்
எதுகை கொடுக்கும்முத்து
எதுகை போலே
முறிந்திடாது நிமிர்த்திவை உன்
முதுகைப்போலே!
வார்த்தைகள் வரைகையில்
வைக்கவேண்டிய இடத்தில் வை.
காற்புள்ளி,
அரைப்புள்ளி,
முக்காற்புள்ளி,
முற்றுப்புள்ளி,

நூலோர் வகுத்த
நிறுத்தற்குறி,
அனேகம் உண்டு,
அதை உன் கவனத்தில் குறி!
எக்குறி எதற்கென்று தெரியாதவன்
தற்குறி!
தப்பும் அவன் சொற்குறி!
குறிதவறாமல் எழுது,
நெறி தவறாமல் எழுது,
வரக்கூடாது உனது
வாக்கியங்களில் பழுது.
அப்போது தான்
அறிவுலகம்,
ஏற்கும் உன்
எழுத்துக்களைத் தொழுது,
லகரம்,
ளகரம் ,
ழகரம், இம்
மூன்றையும்
முறையாக உச்சரி என
அவ்வப்போது உன் அதரத்தை
அடி நாவை எச்சரி!
நான் சொல்லும் தவறு
நடவாதிருக்க
வைகலும் பல்
விளக்குகையில்
நாக்குவழி வார்த்தை
நல்லபடி வரும் நாக்குவழி.!
ஒலிகளின்
ஒரு தொகுப்புத்தான் மொழி,
எழுத்தை அதற்கு
ஏயதென்று
குறித்துள மாத்திரை அளவு
குறையாமல் மிகாமல் மொழி
தந்திடு கவிதை நல்லதாய்
தந்தால் தான் தமிழ்க்கவிதை
வாய்க்கும் உன் வாய்க்கும்.

பிரேம் ராஜ் ✍

ஈசல்



முகநூலிலிவள்
வயதிருபது...
ஏறாவூர் அவன்
கட்டாரில்...
முகநூல் வழியாக
அகத்துள் -
அவளும் அவனும்...
உன்னை மணப்பேன்
அவன் சொன்னான்...
இவள் சொன்னாள்
எனக்குப் புற்றுநோய்...
அவன் சொன்னான்
எனக்கு
உன்மீது
அன் புற்று நோய்...
நேரில் அவர்கள்
சந்திக்கவே இல்லை...
நோய் முற்றிற்று...!
கட்டாரிலிருந்து
பறந்து வந்தான்...
தன் -
பெற்றோரையும்
அழைத்துக்கொண்டு...
மஹரகம மருத்துவமனைக்குள்
சென்றான்...
மருத்துவர்களிடம்
விளக்கம் கூறி
அவளை -
வீட்டுக்கு அழைத்து வந்தான்...
(பதிவுத் திருமணம்
நடந்தேறியது)
கட்டார் போனான்...
மறுநாள்...
அவள்...
மரணித்துப்போனாள்.
ஏனோ... புரியவில்லை...
என்னால் -
அவளை மறக்கமுடியவில்லை.
வாழ வைக்கிற
விஷயங்கள்தான்
நம்மை - வாழ
வைக்கின்றனவோ?

சிண்ணியா அமீர் அலி
(0773614695) ✍

கிருபா, உமா, வாசுகி, சாரங்கா நால்வரும் கல்லூரியில் ஒன்றாகப் படிப்ப வர்கள். ஒரே கிராமத்தில் படித்து ஒன்றாகவே கல்லூரிக்கு தெரிவானவர்கள். நகரத்திலும் ஒரு வீட்டில் இரண்டு அறைகளை வாடகைக்கு பெற்று கல்லூரியில் படித்துக்கொண்டிருந்தனர். அதிலும் விசேடம் என்னவென்றால் நால்வருமே வைத்துறையில் கல்வி கற்கும் மாணவிகள் தான். அன்று ஞாயிற்றுக்கிழமை என் பதால் நால்வரும் கூடியிருந்து அடித்த அரட்டை எம் வாசகர்களுக்காக...

ஒன்றுபட்டால்

உமா வாசுகிவாசுகிவள்ளுவன் வாசுகி

வாசுகி எதுக்கு இப்ப என்னோட பேர ஏலம் போடுறாய்?

உமா நான் எங்க உன் பேர ஏலம் போட்டன்?

வாசுகி ஏய், வேணாம், கடுப்பாகிடுவன்,

சாரங்கா அப்பாடி ரெண்டு பேரும் சண்டையை ஆரம்பிச்சிட்டீங்களா?

உமா ஏய் எங்கடி, கிருபாவைக் காணம்?

சாரங்கா அவ மொட்டை மாடில நிக்கிறா,

உமா ஏன்? என்னாச்சு? கூப்பிடு.

கிருபா நீங்க கூப்பிடவேணாம், நானே வந்திட்டன்.

வாசுகி என்னடி, ஏன் டல்லா இருக்கே?

கிருபா ஒண்ணுமில்லடி, வீட்டை நினைச்சாதான் கவலையா இருக்கு.

சாரங்கா ஏன், வீட்டில என்ன பிரச்சனை?

கிருபா பிரச்சனை ஒண்ணுமில்ல, ஆனா அம்மா அப்பா அண்ணா அண்ணி தங்கச்சி இவங்கள எல்லாம் மிஸ் பண்றனில்லையா? அதான்

வாசுகி பார்டி, இவளை, நாங்ககெல்லாம் மிஸ் பண்ணல்லயாக்கும்,

சாரங்கா எல்லாரும்தாண்டி மிஸ் பண்றம், அவங்கள விட்டு பிரிஞ்சு இருக்கிறது கஸ்ரமா தான் இருக்கு.

கிருபா இங்க நகர்ப்புறத்தில எப்பிடித்தான் தனித்தனியா இருக்கிறாங்களோ தெரியலடி..

உமா கூடி வாழுறது கோடி நன்மை எண்டு சொல்லியே கிராமத்தில வளர்க்கப்பட்டவங்க நாங்க, ஆனா இங்க அப்பிடி இல்லடி, தனிமை தான் சுதந்திரம் எண்டு நினைக்கிறாங்க, அதனால தான் தனித்தனியா வாழ பிரியப்படுறாங்க.

வாசுகி வீட்டில வயசானவங்க இருக்கிறது எவ்வளவு பெரிய பலம் இல்லையா,

கிருபா பக்கவிளைவற்ற பாட்டி வைத்தியத்தில இருந்து பட்டு பட்டென்று வந்துவிழுற வார்த்தை உரசல்கள் வரைக்கும் அவங்களால தானே தீர்த்துவைக்கமுடியும்.

சாரங்கா உண்மைதாண்டி, அதனால தான் இப்பெல்லாம் வியாதிகளும் விவாகரத்துகளும் ரொம்ப அதிகமாப்போச்சு.

உமா வயசானவங்களை மைனஸ் ஆக்கிட்டு மத்த எல்லாத்தையும் பிளஸ் ஆக்கிடுறாங்கடி.

சாரங்க நகர்ப்புற வாழ்க்கை பாக்கிறதுக்கு பகட்டா இருக்குமே தவிர கிராமத்து வாழ்க்கை தான் இனிமையாவும் அழகாவும் இருக்கும்.

கிருபா எப்பவும் பரபரப்பா இருக்கிற, குப்பையும் தூசும் நிறைஞ்ச இந்த வாழ்க்கை நமக்கு வேணாம்டி.

வாசுகி நீ சொல்றது சரிதான், படிப்பு முடிஞ்சதும் நம்ம ஊருக்கே போய் தான் சேவை செய்யணும், நகர வாழ்கை எல்லாம் எங்களுக்கு வேணாம்.

சாரங்கா அதை சொல்லித்தானே எங்க அப்பா அம்மா எங்களை படிக்கவே அனுப்பியிருக்கிறாங்க, அத மறக்கமுடியுமா?

உமா ஏய் ரீ ரைம் ஆச்சு, இன்னிக்கு யாரோட ரேண், போய் ரீ போட்டு எடுத்திட்டு வா, நான் போய் அம்மா அனுப்பின முறுக்கையும் சீடையையும் எடுத்திட்டுவாறன்.

ஆவலாய் எழுந்துகொண்டனர் நால்வரும்.

ஜனநாயகி

புதுமை ஒரு மீள்நிரப்பி

அவன் அனைத்தையும்
அழிக்கப்போகிறான்.
அவன் அழிப்பதும் அழகியல் போல்!
புதுவிருட்சங்களைக் காணும் கண்கள்
மரங்களை அணைப்பதில்லையா?
புது மலர்களில் சுனை பாய்வதில்லையா?
புது மழலை புன்னகையில்
தோய்வதில்லையா?
புதுமணங்களை கனவுகள்
நனைப்பதில்லையா?
புதுமைகளை அறிய மனம்
அலைவதில்லையா?
புதியன சுவைக்க உதடுகள்
துடிப்பதில்லையா?
புதயன கேட்க செவிகள்
நீள்வதில்லையா? அதனால்
அவன் அனைத்தையும்
அழிக்கப்போகிறான். பழமைகள்
நிம்மதியின் நிதர்சனங்களை
இழந்துவிட்டதால்
புதுமைகளை நிரப்பி
அனைத்தையும் ரட்சிக்கப்பார்க்கிறான்.
கடந்த நொடிக்கும் அடுத்த நொடிக்கும்
பழமை வேண்டும்.
நினைத்த நொடியில் நிலைத்திருக்க
புதுமை வேண்டும் என்பதால்
அழிய வேண்டியன அழியத்தான்
வேண்டும்.
புதுமைகளில் பறப்பதாயின்
வாழ்க்கை மீதான சலிப்புக்களை
இழப்பதாயின்
சில பொழுதுகளில் சிலவற்றை
அழிப்பதும் அழகியலே.

த. செல்வா கிளிநொச்சி

பிச்சைக்காரன்!

யாசகத்தின் வாசகம் சுமந்து
வாசலின் வாயிலில் வந்தானோ
அன்னம் ஒன்றே போதும்
அன்னையே என்று!

அவன் கோலமோ அலங்கோலம்
கறைகளால் அலங்காரம்
அவன் யாரென்பதற்கு அவனே
அடையாளம்!

விலாசமில்லா விருந்தாளி
முதல் இல்லா – தொழிலாளி
வீதியோர முதலாளி!

பெருஞ்சாலைகளும் பேரூந்து
தரிப்பிடமும் அவன் இருப்பிடம்
வாடகையில்லா வசிப்பிடம்!

யாதும் ஊரே யாவரும் கேளீர் – எனும்
கணியன் பூங்குன்றனின்
புறநானூற்று வரிகளின்
உறவுக்காரன் அவன்!

வாழையூர்
MSM.ஹில்மி

நிதானத்தின் மூலம் உயிர்களை பாதுகாப்போம்

மனித உயிர்களுக்கு பெறுமதியற்று போகும் நிலையை இன்றைய உலகம் எதிர் நோக்கி வருகின்றது. இச்சந்தர்ப்பத்தில் மனித உயிர்களை கரிசனையுடன் பாதுகாக்க வேண்டிய தார்மீக பொறுப்பு எம் அனை வருக்கும் உண்டு. இத்தோரணையில் நாள் தோறும் இடம்பெறுகின்ற வீதிவிபத்துக்கள் பற்றி அதிக கவனம் செலுத்தாதன் விளை வாக அடுத்தடுத்த நாட்களிலும் இந்நிலை தொடர்ந்த வண்ணமே உள்ளன. **ஒக்டோபர் 26ம் திகதி உலக வீதிவிபத்து தவிர்ப்பு தினம்** பிரகடனப்படுத்தப்பட்ட போதிலும் இதனை குறைக்க முடியாத நிலையே தொடர்ந்த வண்ணமுள்ளது. இந்த வீதிவிபத்துக்களை தவிர்க்க எவ்வளவுதான் பிரயத்தனங்கள் மேற்கொள்ளப்பட்டாலும் மனித உணர்வு கள் சிந்தித்து செயற்படாத வரை இதற்கு முற்றுபுள்ளி வைக்கவே முடியாது. இந்த வகையில் அந்த முற்றுப்புள்ளியை நோக்கிய சிந்தனைக்கான சிறுநகர்வுக்காக இந்த கட்டுரை எழுதப்படுகின்றது.

பொதுவாக விபத்து எனும் போது எதிர் பாராத வகையில், எதிர்பாராத இடத்தில், தற்செயலாக கணப்பொழுதில் இடம்பெறு கின்ற சம்பவம் என வரையறுக்க முடியும். அதேவேளை வீதிவிபத்து எனும்போது வீதி களில் போக்குவரத்து செய்யும் வாகனங்க ளின் மூலமாக பாதசாரிகளுக்கும், வாகனத் தில் இருப்போருக்கும் ஏற்படும் விபத்து எனலாம். இவ்வாறான விபத்துக்களையும், வீதிவிபத்துக்களையும் நம் செவிகள் கேட் காத நாட்களே இருக்க முடியாது எனுமள வுக்கு இவை அதிகரித்து விட்டன.

உங்களுக்கு தெரியுமா? உலகில் மரணம் நிகழும் காரணிகளுள் ஒன்பதாவது இடத்தில் இந்த வீதிவிபத்து உள்ளது. 2030 களில் இது ஏழாவது இடத்திற்கு முன்னே றுமென உலக சுகாதார அமைப்பு (WHO) எதிர்கூவல் விடுத்திருக்கிறது. இன்றைய நவநாகரீக உலகில் மனித வாழ்வை மேம் படுத்த அனைத்து வகையிலும் முயற்சிகள் மேற்கொள்ளப்படினும் இந்த வீதிவிபத்துக் கள் குறைந்தபாடில்லை. உலக சனத்தொ கையில் ஒவ்வொரு நாளும் சுமார் 3,742 மனித உயிர்கள் காவுகொள்ளப்படுகின்றன. அண்மைய அறிக்கைகளின் படி சுமார் 12.5 லட்சம் பேர் வீதிவிபத்தினால் மரணமடைந் துள்ளதாகவும் 20-50மில்லியன் பேர் காயம டைந்துள்ளதாகவும், அங்கவீனமடைந்துள்ள தாகவும் தெரிவிக்கப்படுகின்றது.

எமது நாட்டை பொறுத்தவரையில் நாளாந்தம் சாதாரண, அபாயகர என சுமார் 150 விபத்துக்கள் இடம்பெறுகின்றன. இதில் 5-8 பேர் மரணமடைவதாகவும்இசுமார் 50 பேர் காயமடைவதாகவும் அறியக்கிடைக் கின்றது. கடந்த பத்து வருடங்களில் மாத் திரம் 23,000பேர் மரணமடைந்துள்ளனர். இவ்வாறு இந்த உயிர்கொல்லி நாளாந்தம் முன்னேறிக்கொண்டே செல்கின்றது. இதனை கட்டுப்படுத்த நாதியற்றவர்களாக நாமிருப்பது கவலையளிக்கிறது.

எமது நாட்டில் வீதிவிபத்தை தடுப்ப தற்காக வீதிக்கோடுகள், மேம்பாலங்கள், சமிக்ஞைகள், சுரங்கப்பாதைகள், விவரணப் படங்கள் என பல்வேறு தடுப்பு திட்டங்கள் செய்யப்பட்டுள்ளன. ஆனால் இவை எதற் காக ஒழுங்குபடுத்தப்பட்டுள்ளன என்ற சாதாரண அறிவு கூட இல்லாமல் வாகன சாரதிகளும், பாதசாரிகளும் நடந்துகொள்வது

→

நிதானத்தின் மூலம் உயிர்களை பாதுகாப்போம்

மிகவும் கண்டிக்கப்பட வேண்டியதொரு விடயமாகும். அவசரமாகவும், இலகுவாகவும், வேகமாகவும் வீதியை கடக்க வேண்டும், தன் வேலையை சீக்கிரமாக நிறைவேற்ற வேண்டும் என்ற மனோநிலையே மனித உயிர்களை காவுகொள்ள அடிப்படையாக அமைகின்றது என்பதை யாரும் மறுப்பதற்கில்லை.

அதிகவேகம், அலைபேசிப்பாவனை, போதைப்பாவனை, கவனயீனம் போன்றன வீதிவிபத்துக்கு பிரதான காரணங்களாக அமைகின்றன. அதேவேளை இதற்கு உப காரணங்களாக பின்வருவனவற்றை அடையாளப்படுத்தலாம்.

தலைக்கவசமின்மை
இருக்கைப்பட்டி அணியாமை
அநேக காபர்ட் வீதிகள்
வாகன இறக்குமதியின் அதிகரிப்பு
லைசன்ஸ் பெறுவதிலுள்ள முறைகேடு
சாரதிகளின் அலட்சியப்போக்கு
இளம்வயதினரின் வாகனப்பாவனை
அதிக சுமை
ஓய்வின்மை
ஆரோக்கிய குறைவு
காலநிலை பற்றிய அறிவின்மை
திட்டமிடப்படாத பிரயாணங்கள்
வாகன வலுவை சோதிக்காமை
வீதி ஒழுங்கு பற்றிய போதிய அறிவின்மை

எம்மில் அநேகமானோர் வீதிகளில் வாகனங்களை செலுத்தும் போது விதிக்கப்பட்டதை விட அதிக வேகத்திலும், மாற்றுப்பக்கத்தால் முந்திக்கொண்டும், வீதி சமிக்ஞைகளை பேணாமலும் செல்வதுடன், செல்லுபடியற்ற வாகன சாரதி அனுமதிப்பத்திரத்தை வைத்துக்கொண்டும், போதையிலும் வாகனங்களை செலுத்துவர். இவ்வாறானவை வீதி ஒழுங்கு குற்றங்கள் என்று அவர்கள் அறியாமல் செயற்படுகின்றார்களா? அல்லது தெரியாதது போல் பாசாங்கு செய்கிறார்களா? என்பது கேள்விக்குறியாகவே உள்ளது.

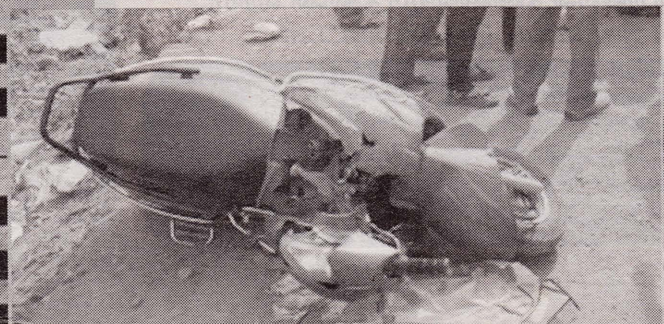
மனித உயிர்களை எதிர்பாராத வகையில் காவுகொள்ளும் இந்த உயிர்கொல்லியை தடுப்பதற்காக பின்வரும் விடயங்களை கவனத்திற் கொள்வது சாலச்சிறந்ததாகும்.

சாரதிகளுக்கானவிழிப்புணர்வை அதிகரித்தல்
கடுமையான தண்டனைகளை விதித்தல்
இரகசிய கமரா மூலம் கண்காணித்தல்
போக்குவரத்து சட்டங்களை இறுக்கமாக்கல்
பொதுமக்களுக்கு விழிப்புணர்வை வழங்கல்
இலஞ்ச ஊழலை ஒழித்தல்
சாரதி அனுமதிப்பத்திரம் வழங்குவதில் சிறந்த பரீட்சிப்பு செய்தல்

இவை நாடளாவிய ரீதியில் நடைமுறைப்படுத்தப்பட்டாலும் இன்னும் துரிதமாக்கப்பட வேண்டும் என்பது குறிப்பிடத்தக்க விடயமாகும். இதற்கப்பால் எம்மிடமும் பல பொறுப்புக்கள் உள்ளன. அவற்றை திறம்பட நிறைவேற்றும் போது அதிகளவான வீதிவிபத்துக்களை தடுக்கலாம். அவற்றுள் வாகனங்களை செலுத்தும் போதும் பாதைகளில் நடமாடும் போதும் நிதானத்துடன் செயற்படல். அடுத்து, போக்குவரத்து விதிமுறைகளை அணுவளவும் கைவிடாது பின்பற்றல், வாகனங்களை செலுத்தும்போது பாதசாரிகள், முன்னால் வருபவர்கள் குறித்து அதிக கவனம் செலுத்தல். குறிப்பாக மனித உயிர்கள் பெறுமதியானவை என்பதை உணர்ந்து செயற்படல்.

இவ்வாறான விடயங்களில் நாமனைவரும் கரிசனையுடன் செயலாற்றும் போது சிறந்த மாற்றத்தினை விரைவில் காணமுடியும். இதன்மூலம் எதனாலும் ஈடு செய்ய முடியாத மனித உயிர்களை பேணிப் பாதுக்க முடியும். ஆகவே, நிதானத்துடன் செயற்படுவதன் மூலம் நமது வாழ்வை நாமே வடிவமைப்போமாக.

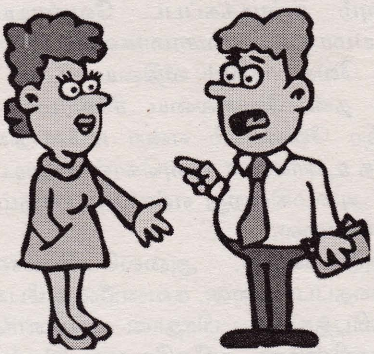
ஸனூமி ஸெய்ன் (இர்பானி), மருதமுனை
இலங்கை தென்கிழக்குப் பல்கலைக்கழகம்



லதா - கொழும்பு

கேள்வி:- திருமணமாகி ஒரு வருடத்தில், திருமணத்தன்று நான் என்ன கலர் புடவை கட்டியிருந்தேன். நீலமா, மஞ்சளா என்றேன் கணவரிடம். தெரியலேயே என்றார். இந்த ஆண்களே இப்படித்தானா?

பதில்:- அம்மா, தண்டவாளத்தில் தலைய வைக்கிறது எண்டு முடிவானதுக்குப் பிறகு எதிர்ல வர்றது யாழ்தேவியா, ருகுணு குமாரியா எண்டு யாராய்ச்சும் பார்ப்பாங்களா?



சிவா - குடாஓயா

கேள்வி:- இரண்டு கண்களும் ஒன்றாகத் தூங்குகின்றன. ஒன்றாக விழிக்கின்றன. ஒன்றாகக் கண் சிமிட்டுகின்றன. ஒன்றாகக் கண்ணீர் விடுகின்றன. ஆனால், ஒரு பெண்ணைப் பார்த்தா மட்டும் ஒரு கண்ணை விட்டுட்டு ஒரு கண் மட்டுமே கண்ணடிக்குதே?

பதில்:- ஒரு பொண்ணு வந்திட்டா ஒண்ணா இருக்கிற எதையும் இரண்டா பிரிச்சிடுவா. இதக் கூடப் புரிஞ்சிக்காமா நீயெல்லாம்............

பவானி - மல்லாவி

கேள்வி:- அடிமைக்கும் கொத்தடிமைக்கும் என்ன வேறுபாடு.

பதில்:- ஒரு பெண்ணை காதலிச்சா அடிமை. அவளையே கட்டிக்கிட்டா கொத்தடிமை.

வருன் - மாங்குளம்

கேள்வி:- காதலுக்கும் நட்புக்கும் என்ன வேறுபாடு?

பதில்:- காதல் என்பது பாட்டி சுட்ட வடை மாதிரி. காக்கா தூக்கிட்டுப் போயிடும். ஆனா நட்பு என்பது பாட்டி மாதிரி. எவரும் தூக்கிட்டுப் போகமாட்டாங்க.

கவிதா - யாழ்ப்பாணம்

கேள்வி:- வாழ்க்கை மோட்டார் சைக்கிள் மாதிரி. ஒரு சில்லு கணவன். மற்ற சில்லு மனைவி. இதில் ஒன்று பழுதுபட்டாலும் வண்டி ஓடாது என்பது உண்மைதானே?

பதில்:- ஒரு எக்ஸ்ட்ரா வீல் (புரிந்தால் சரி) வைத்துக் கொண்டால் வண்டியும் ஓடும். வாழ்க்கையும் ஓடும்.

சுஜீவா - வாழைச்சேனை

கேள்வி:- **படையப்பா ஸ்டைல்ல நச்சென்று ஒரு கவிதை சொல்லுங்க.**

பதில்:- பெண் இல்லாத வீடும், வீடு இல்லாத பெண்ணும் உருப்பட்டதாக சரித்திரமே இல்ல. இன்னும் சொல்லறன் கேளுங்க

....

மனல் லொறிக்குப் பின்னால போனவன் கண்ணிலயும்,
பொண்ணுங்க பின்னால போனவன் கண்ணிலயும் தண்ணி வராம
இருந்ததா சரித்திரமே இல்ல, இது எப்படி இருக்கு, வரட்டா.

அன்பான வாசகர்களே!

உங்கள் கேள்விகளுக்கு இதுவரை பதில் தந்த அம்மு அப்பொறுப்பினை பி (ரே) ரமஜோகியிடம் ஒப்படைத்துள்ளதால் பி (ரே) ரமஜோகி கேள்வி-பதில் என மாற்றியுள்ளோம். உங்கள் கேள்விகளை பி(ரே)ரமஜோகியிடம் அனுப்பி பதில்களை பெற்றுக்கொள்ளலாம்.

Oliarazi33@gmail.com வைபர் : **0779046836**

மணிவிழா காணும் மேமன்கவி

மேமன்கவி என்ற பெயரை அறியாத எந்த ஒரு இலக்கியவாதியும் தமிழுலகில் இருக்க முடியாது. மேமன் சமூகத்தைச் சேர்ந்த சிலர் ஒரு பாடமாக தமிழ் மொழியைக் கற்றிருக்கலாம். அல்லது தமிழ் மொழியை மூல மொழியாகக் கொண்டும் கற்றிருக்கலாம். ஆனால் தமிழ் மொழியின் மீது இத்தனை பற்றும் ஆளுமையும் கொண்ட ஒரு மேமன் இனத்தவரை நாம் காண முடியாது. இதற்காக மேமன்கவி செய்திருக்கும் அர்ப்பணிப்பு கொஞ்ச நஞ்சமல்ல. அவ்வாறான ஓர் அர்ப்பணிப்பு இல்லாமல் அவர் இந்த இடத்தைப் பிடித்திருக்கமுடியாது. புதுக்கவிதை உலகில் மேமன்கவியின் பெயர் பிரசித்திப் பெற்றது. மற்றைய கவிஞர்களிலிருந்து அவரது கவிதை வேறுபட்டு நின்கிறது.சிலவேளைகளில் அவரது கவிதைகள் விமர்சனத்திற்கும் உள்ளானது.

இன்று தமிழ் இலக்கிய உலகை ஆராயப் புறப்படுவோர் மேமன்கவி என்ற பெயரை எவ்விதத்திலும் தவிர்க்க முடியாதவாறு அவர் தனது நாமத்தை இலங்கை இலக்கிய உலகில் நிலை நிறுத்தியுள்ளார்.

தமிழின்பால் ஈர்க்கப்பட்ட அப்துல்ரஸ்ஸாக் என்ற இயற்பெயர் கொண்ட மேமன்கவி 1974ம் ஆண்டில் தனது முதல் ஆக்கத்தைப் பதிவு செய்தார். அப்போதே 'மல்லிகை' ஆசிரியர் டொமினிக் ஜீவா மேமனின் ஆற்றலை எடை போட்டு விட்டார். 'இளந்தளிராக மேமன்கவியை அன்றே தனது மல்லிகையில் அடையாளப்படுத்தினார். டொமினிக் ஜீவா அவர்களது அனுமானிப்பு பிழையாகவில்லை. அவரது பாசறையிலே வளர்ந்த மேமன் தன்னுடைய இலக்கிய ஆளுமையை வளர்த்துக் கொண்டார். தொடர்ச்சியாக வெளிவந்த மல்லிகையை பிரசுரிப்பதற்கு டொமினிக்ஜீவா அவர்களுக்கு பெரும் துணையாகவும் மேமன் விளங்கினார். அதுமட்டுமல்ல அவருக்கு இயலாமல் போனபோது மல்லிகையின் ஒரு சில இதழ்களை ஜீவாவின் மகன் திலீபனின் துணையோடு வெளியிட்டு அப் பணியைத் தொடர்ந்தார்.

மேமன் ஒரு சில கவிதை எழுதுவதோடு தன் பயணத்தை முடக்கிவிடவில்லை. பழம் பெரும் எழுத்தாளர்களின் நூல்களையெல்லாம் தேடிப் பிடித்து படிக்க ஆரம்பித்தார். முற்போக்கு எழுத்தாளர்களின் நட்பு அவரை அந்தப் பக்கம் இழுத்துச் சென்றது. அவரது ஆழமான வாசிப்பு அவரது எழுத்துகளை ஒரு பேராசிரியரின் எழுத்துகளுடன் சமாந்தரமாய் பயணம் செய்ய வைத்தது. அவரது எழுத்து நடையிலும் ஒரு ஆழம் இருக்கிறது. தமிழ்க் கவிதை உலகைப் பற்றிய ஓர் ஆழமான அறிவு அவரி

மணிவிழா காணும் மேமன்கவி

டமிருக்கிறது. ஒரு தகவல் பெட் டகமாக அவரிருக்கிறார் என்பதை அவருடன் நேரில் கதைப்பவர்கள் உணர்ந்து கொள்வார்கள்.

தனது 17வது வயதில் 'தமிழே என் மூச்சு என்ற கவிதை மூலம் இலக்கிய உலகில் கால் வைத்த மேமன் கவி கவிதை உலகில் நீண்ட தூரம் பயணம் செய்துள்ள ஒருவர். புதுக்கவிதை உலகில் தனக் கென தனி பாணி வைத்துள்ள இவ ரைப் பின்பற்றி பல இளைஞர்கள் கவிதை எழுத ஆரம்பித்தனர் என்று சொன்னால் அது மிகையாகாது. அது போன்றே இவரது கவிதை வாசிப் பும் வித்தியாசமானது. ஏற்ற இறக்கத் தோடு அவர் மேடைகளில் கவிதை வாசிக்கும் பாங்கு ரசிகர்களின் மனங் களை கொள்ளை கொண்டது.

தலைநகரில் வெற்றிகரமாக நடைபோட்டுக் கொண்டிருக்கும் வலம்புரி கவிதா வட்டம் எனும் இலங்கை தமிழ் கவிஞர்களின் அமைப்பின் தேசிய அமைப்பாளராக இவர் ஆற்றி வரும் பணியும் அளப்பரியது என்பதை இங்கே குறிப்பிட்டே ஆக வேண்டும்.

இவரது முதல் நூல் 1976ல் வெளிவந்த யுகராகங்கள்''. தொடர்ந்து 1984ல் ஹீரோசீமா வின் ஹீரோக்கள் '', 1989ல் இயந்திர சூரியன்'', 1990ல் நாளையை நோக்கிய இன்றில்'' (அரச சாஹித்திய விருது பெற்ற முதலாவது புதுக்கவிதை நூல்), 1999ல் மீண்டும் வசிப்பதற்காக'', 2005 இல் உனக்கெதிரான வன்முறை'' 2010ல் ஒரு வாச கனின் பிரதிகள் -கட்டுரைத் தொகுப்பு, 2013 இல் மொழி வேலி கடந்து போன்ற எட்டு நூல்களை வெளியிட்டு தான் எப்போதும் தனது துறையில் சளைக்காத எழுத்தாளர் என்பதை நிரூபித்துள்ளார். தனது மணிவிழா நிகழ்வின் போது தனது அடுத்த நூலினை வெளியிட தீர்மானித்துள்ளார்.

இவரது கவிதைகள் சிங்களம், ஆங்கில மொழி களில் மட்டுமல்ல ரஷ்ய மொழியினிலும் மொழி பெயர்கப்பட்டுள்ளது. மொழி வேறுபாடுகளைக் கடந்து பல்வேறு இலக்கியவாதிகளோடு இவர் கொண்டிருக்கும் நட்பே அதற்கு முக்கிய காரண மாகும். உலகளாவிய ரீதியில் இலக்கியவாதிக ளின் நட்பைப் பேணி வரும் இவர் நம் நாட்டு சிங்கள இலக்கியவாதிகளுடன் மிக நெருக்கமான நட்பைப் பேணி வருகிறார். எனவே புகழ் பூத்த சிங்கள இலக்கிய கர்த்தாக்கள் மேமன் கவியை நன்கு அறிந்து வைத்துள்ளனர். தமிழ் இலக்கியவாதிகளுடன் சந்திப்பை ஏற்படுத்த விரும்பினால் அவர்கள் மேமன்கவி யின் உதவியையே நாடுகின்றனர். தனக்கிருக்கும் செல்வாக்கின் மூலம் பல சிங்கள தமிழ் இலக்கி யவாதிகளின் சந்திப்பை மேமன் ஏற்படுத்தியிருக் கிறார்.

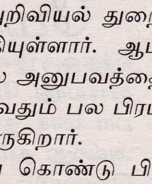
2016ம் வருடம் இலங்கை கலாசார அமைச்சினால் ஏற் பாடு செய்யப்பட்டிருந்த உலக கவிதை தின விழாவின் போது சிங்கள மூத்த இலக்கியவாதி களை கௌரவித்தது போன்றே தமிழ் இலக்கியவாதிகளையும் பொற்கிழி வழங்கி கௌரவிக்க முனைப்புடன் பாடுபட்டவர் மேமன் கவி தான். அத்தோடு சிங்கள கவிஞர்களின் கவிதைத் தொகுப்பு வெளிவந்தது போல் 82 தமிழ் கவிஞர்களின் கவிதை தொகுப்பு வெளிவர பெரும் காரணகர்த்தாவாக விளங்கி னார்.

ஒரு கவிஞராக தன்னை அறிமுகப் படுத்திக் கொண்ட மேமன் இன்று சிறந்த நூல் விமர்சகராகவும் தன்னை அடையாளப்படுத்தியுள்ளார். சிறுகதை, மெல்லிசைப் பாடல் என பயணம் செய்த மேமன் இன்றைய கால சூழலுக்கேற்ப அறிவியல் துறை யில் தன்னை முதன்மைப்படுத்தியுள்ளார். ஆம் கணனி துறையில் மிக நீண்ட கால அனுபவத்தை வைத்துள்ள மேமன் உலகம் முழுவதும் பல பிரப லங்களுடன் தொடர்பை பேணிவருகிறார்.

தனது கணனி அனுபவத்தைக் கொண்டு பிர சுர துறையிலும் கால் பதித்துள்ள மேமன் அத்து றையிலும் முழு மூச்சாக ஈடுபட்டுள்ளார். பல பட்டங்களையும், கௌரவங்களையும் பெற்றுள்ள இலக்கிய வித்தகர் மேமன் கவி தனது பெயருக்கு முன்னால் எந்த அடைமொழியையும் வைத்திருக் காதவர். இவரைத் தமிழுக்கு ஈந்த மேமன் இன மும் இவரது புகழினைக் கண்டு பேராச்சரியமும், பேருவகையும் கொள்கிறது.

இத்தகு ஆற்றல் பெற்ற மேமன் கவி எமது இலக்கிய முத்தாகும். எனவே மே மாதம் தனது இலக்கிய பிரவேச மணிவிழாவை காணும் இலக் கிய சொத்தான கவிஞர் மேமன் கவி அவர்களை வாழ்த்துவதில் ஒளி அரசியின் இலக்கிய முத்து பகுதியும் உவகைக் கொள்கிறது.

கலாபூசணம் நூருல் அயின்
நஜ்முல் ஹுசைன்

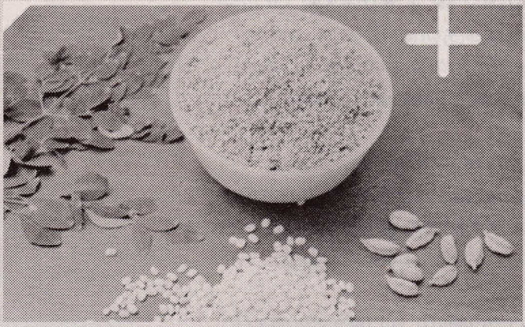


உணவே மருந்து

இன்றைக்கு சில அடி தூரம் நடந்தாலே, பலருக்கும் முழங்கால் வலிக்கிறது; மூச்சு வாங்குகிறது. ஆனால், எந்த வாகன வசதியுமே இல்லாத அந்தக் காலத்தில் பல மைல் தூரத்தை நடந்தே கடந்து சென்றவர்கள் நம்முடைய முன்னோர். ஆரோக்கியமான உணவு வகைகளைச் சாப்பிட்டு வந்ததுதான் அதற்கான காரணம். மறந்துபோன மருத்துவ உணவுகளை மீண்டும் மீட்டுப் பார்ப்போம்.

முருங்கைக் கீரைக் கஞ்சி மாவு

தேவையானவை: பாசிப் பருப்பு, துவரம் பருப்பு, கறுப்பு உளுந்து தலா கால் கிலோ, பச்சரிசி ஒரு கிலோ, ஏலக்காய், சீரகம், மிளகு தலா 25 கிராம், முருங்கைக் கீரை ஒரு கட்டு.



செய்முறை: முருங்கைக் கீரையை ஆய்ந்து சுத்தப்படுத்தி, விழுதாக அரைத்துக்கொள்ளவும். மற்ற அனைத்துப் பொருட்களையும் ஒன்றாகச் சேர்த்து, அதில் அரைத்த கீரை விழுதை சேர்த்துப் பிசையவும். இதை இரண்டு நாட்கள் வெயிலில் நன்றாகக் காய வைக்கவும். காய்ந்ததும் மாவாக அரைத்துக்கொள்ளலாம். தேவையானபோது மாவை எடுத்து உப்பு சேர்த்துக் கஞ்சியாகக் காய்ச்சிக் குடிக்கலாம். மாவாக அரைக்காமல், அரிசியை ஒன்றிரண்டாக உடைத்தோ அல்லது அப்படியே கஞ்சியாகக் காய்ச்சியும் குடிக்கலாம்.

மருத்துவப் பயன்: மூட்டு வலி, கழுத்து வலி குணமாகும். இரும்புச் சத்து நிறைந்து இருப்பதால், ரத்தத்தில் உள்ள ஹீமோகுளோபின் எண்ணிக்கை அதிகரித்து ரத்த சோகை சரியாகும். மாதவிடாய்ப் பிரச்னையைத் தீர்க்கும். இளைத்த உடலைத் தேற்றும்.

சாமை, தினை அரிசி ரொட்டி

தேவையானவை: சாமை, தினை அரிசி தலா 100 கிராம், சின்ன வெங்காயம் 50 கிராம், தக்காளி 1, மிளகு 20, சீரகம் ஒரு டீஸ்பூன்,

இஞ்சி சிறிய துண்டு, பூண்டு 6 பல், மஞ்சள் தூள் அரை டீஸ்பூன், கறுப்பு உளுந்து 2 டீஸ்பூன், நல்லெண்ணெய், உப்பு தேவைக்கு.

செய்முறை: சாமை, தினை, மிளகு, உளுந்து, மஞ்சள் தூள், சீரகம் ஆகியவற்றை வெறும் வாணலியில் இளவறுப்பாக வறுத்து, தூள் செய்துகொள்ளவும். வாணலியில் நல்லெண்ணெய் ஊற்றி, பொடியாக நறுக்கிய வெங்காயம், தக்காளி, இஞ்சியை நன்றாக வதக்கவும். வதங்கியதும் அரைத்துவைத்துள்ள மாவுடன் கலந்து, உப்பு சேர்த்துப் பிசையவும். இந்த மாவை தோசைக்கல்லில் ரொட்டியாக சுட்டு எடுக்க வேண்டும்.

மருத்துவப் பயன்: உடல் அசதி மற்றும் தளர்ச்சியைப் போக்கி சுறுசுறுப்பு தரும். எலும்புகளுக்கு ஊட்டம் அளிக்கும். இதைத் தொடர்ந்து சாப்பிட முதுகெலும்பு பலப்படும். குறிப்பாக, மோட்டார் வண்டியில் அடிக்கடி பயணம் செய்பவர்கள் இதைச் சாப்பிட, வாகனம் ஓட்டுவதால் ஏற்படும் முதுகு வலி குறையும்.

கரட் துருவலுடன் தயிர் சேர்த்து சாப்பிட்டு வந்தால்...

கரட் துருவலுடன் புளிப்பில்லாத தயிர் சேர்த்து பிசைந்து பின் சிறிதளவு

தனியா பொடி மற்றும் கொத்தமல்லி போட்டு நன்றாக கலந்து எடுத்து சாப்பிட்டு வந்தால் நீண்ட நாட்களாக தொல்லை தந்துக்கொண்டிருக்கும் வயிற்றுவலி குணமாகும். எலும்புகளும், பற்களும் உறுதியாகும், சருமத் தின் மினுமினுப்பு தன்மைகூடும், கண் பார்வையும் மே லோங்கும் என்கிறது சித்த மற்றும் இயற்கை மருத்து வம். அதுமட்டுமல்ல சாப்பிட்ட அன்றைய பொழுது முழுவதும் புத்துணர்வுடன் செயல்படலாம். மருத்துவரை அணுகி அவரது ஆலோசனையை பெற்று உட்கொள்ளவும்.

நன்றி இணையம்

அன்புள்ள அம்மா

அன்புள்ள அம்மாவிற்கு!
அமெரிக்க மண்ணிலிருந்து
அன்பான உங்கள் மகள்
ஆரணி எழுதும் மடல்,

அளவில்லா ஆனந்தத்தில்
ஆழ்த்திடும் சேதியொன்றை
அலைபேசி வழியேதான்
அழகாக சொல்லப்போறன்.

பள்ளிப்படிப்பை நான் முடித்து
பருவப்பெண்ணாய்; நின்றபோது
பார்த்துப் பார்த்து வரன் தேட
பார்த்துச் சிரித்துக் கடந்தவள் நான்.

தேடித் தேடி எனக்காக
தேனுஜனை தேர்ந்தெடுத்து
திருவிழாக் கோலம் போல
திருமணத்தில் சேர்த்துவைத்து

ஒப்பற்ற வாழ்வொன்றை
எனக்காக தந்தபோது
உங்கள் கடன் தீர்ந்ததென்று
எண்ணித்தான் நானிருந்தேன்.

இல்லறத்தின் இனிமைகளை
உணர்ந்து நான் சிலிர்த்த போதும்
உணராத ஒரு சிலிர்ப்பை
இன்று தான் கண்டுகொண்டேன்.

அம்மா!
என் அருமை அம்மா!
எனக்கான உன் பாடுகளின்
அர்த்தம் நான்
புரிந்துகொண்டேன்.

என்னை நீ சுமந்தது போல்
எனக்குள்ளும் கரு ஒன்று
உயிரோடு கலந்து நின்று
உணர்வுகளை வரிக்குதம்மா.

தாய்மையின் பூரிப்பை
தாயவளின் சிலிர்ப்புகளை
உணர்ந்தே நான் அனுபவிக்கும்
உன்னத தருணம் இது.

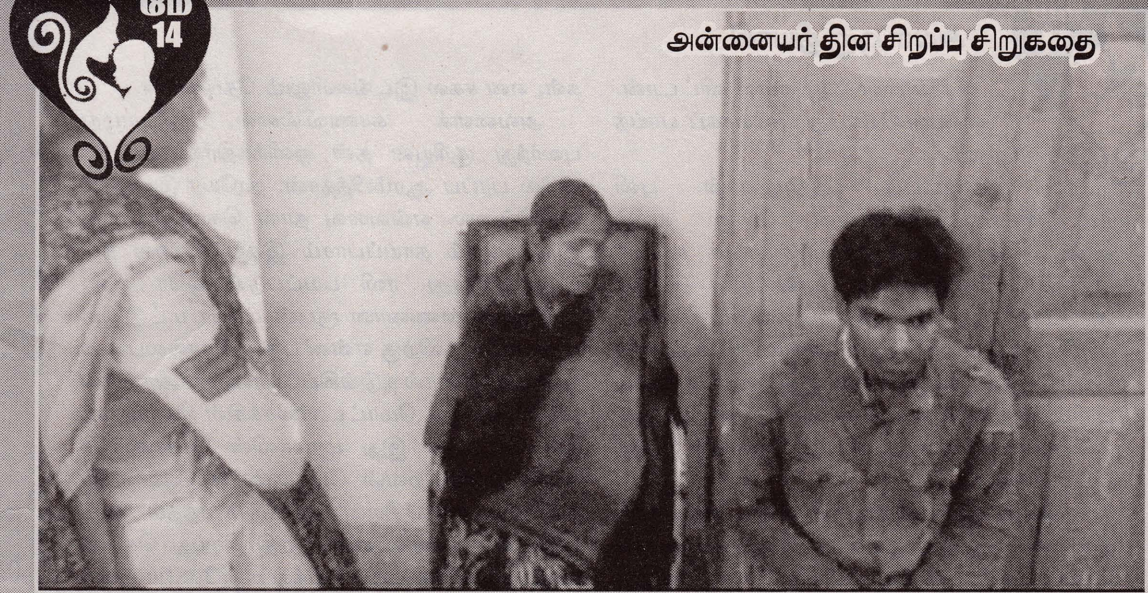
பாராளும் பெண்ணுக்கும்
பேறாகும் இத்தருணம்
நானும் தான் பெற்றிடவே
பாடுபட்டாய் நீயம்மா.

பத்து மாதம் எனக்குள்ளே
பவித்திரமாய் சுமக்கின்ற
பாக்கியத்தை நான் பெறத்தான்
பாடு பட்டாய் நீயம்மா.

என் மகவின் வருகை அது
எண்ணத்தில் இனிக்கும்போதும்
கால் கொண்டு உதைக்கும் போதும்
ஒப்பற்ற ஆனந்தம் நானும் பெறுவேனோ?
விழுந்திடாமல் என்னைப்பற்றி
வளர்த்திட்ட உன்னைப்போல
கரம் பற்றி என் மகவை
காத்திடுவேன் நான் அம்மா.

உலகத்தை வென்றுவிட்ட
உவகை ஒன்று எனக்குள்ளே,
ஏது காரணம் என்றால், - அம்மா
நானும் அம்மாவாகி விட்டேன்.

கோபிகை



அவள் ஒரு தியாகி

அவ்வீதியிலுள்ளஅனைத்துவீட்டின்விளக்குகளும்அணைந்துவிட்டன.ஆனால் வனஜாவின்வீட்டில்மட்டும்விளக்கெரிந்துகொண்டிருந்தது. அவள் வீட்டிலே பதினெட்டு வயது நிரம்பிய ரவி என்னும் பையன் இருந்தான். அவனுடைய வருகைக்காகவே வழிமேல் விழி வைத்துக்காத்திருந்தாள் அவன்அம்மாவான வனஜா. வீதியிலே ஒரு சனநடமாட்டமும் இல்லை. நேரமோ இரவு 10 மணிக்கு மேலாகி விட்டது. அவளுக்கு ஆத்திரம்வர ஆரம்பித்தது. வரவர பழக்கம் படானாய்ப்போகுது, வரட்டும் இண்டைக்கு நானோ அவனோ என்று பார்க்கிறன் பொங்கினாள் அவள். பிளசர் சைக்கிள் சத்தம் தூரத்தே கேட்டது. தயாராகினாள்வனஜா, பிளசர், வீட்டு வாசலுக்கு வந்துவிட்டது. கதவைத் திறக்கும்படி கோண்அடித்தான்ரவி. ரவியின் கோண்சத்தம் அவன் வீட்டைமட்டுமல்ல, அருகிலிருந்த வீட்டுக்காரர்களையும் தூக்கத்திலிருந்து எழுப்பிவிட்டது. தறுதலைப்பெடி என திட்டும் சத்தம் அவள்காதுகளிலும் விழுந்தது.

ஊரில் வனஜாவிற்கு நல்லமதிப்பும் மரியாதையும் உண்டு. அவள் அந்த ஊருக்கு வந்து 18 வருடங்கள் ஆகிவிட்டன. மற்றவர்களின் நன்மதிப்பை சுவீகரித்துக்கொண்ட பெண்ணாக இருந்தாள். தகப்பனில்லாமல் தாயும் பிள்ளையும் ஊருக்கு வந்து குடியேறியது முதல் அந்த ஊர் மக்களின் இரக்கம் அவள் குடும்பத்திற்கு இருந்தது. ஆனால் அம்மதிப்பு இப்போது இல்லை. காரணம் 18 வயதில் தறுதலையாக ஊரைசுற்ற ஆரம்பித்திருக்கும் அவளது பிள்ளைதான். அன்று அவள் பெற்ற நன்மதிப்பினால்தான் அவர்கள் இன்றும் கூட முகத்துக்கு நேரே எதுவும் பேசியதில்லை. அவளும் ஊரவர்களோடு முரண்பட்டதுமில்லை. ஆனால் இன்று அந்த நன்மதிப்பு சரிய ஆரம்பித்துவிட்டது.

தனது வருகைக்காக கதவைத் திறக்காத தாயைப்பார்த்து நீயும் ஒரு அம்மாவா என அசிங்கமாகப் பேசினான். அதுவும் அவளுக்கு தினமும் கேட்டு அலுத்துப்போன வார்த்தைகள்தான். இருந்தாலும் அன்று ரவியின் பேச்சின் தொனி மாறியிருந்தது. அதை இலகுவில் அடையாளம் கண்டுகொண்ட வனஜாவிற்கு ஆத்திரம் பொத்துக்கொண்டு வந்தது. பளார் என கன்னத்தில் அடித்தாள். என்னடா புதிசா இந்தப் பழக்கம் ஊரிலுள்ள காவாலிகளோட சேர்ந்து இதுவும் பழகீட்டியே, தலையிலடித்து அழ ஆரம்பித்தாள். புதிசா குடிச்ச அவனுக்கு புதிய அனுபவம் தானே போதை வாலிப முறுக்கை கிள்ளிவிட்டது. மோட்டார்

சைக்கிளை கீழே தள்ளி விட்டான். வனஜாவின் மீது புலியாகப் பாய்ந் தான்.

கண்டபடி பந்தாடினான். புலியிடம் சிக்கியமான் போல தவித் தாள். அவள் அவனுடைய காலைக் கட்டிக் கொண்டு கெஞ்சினாள். தூக்கத்தில் இருந்த அக்கம்பக்கத்து வீட்டுக்காரரெல்லாம் மீளவும் விழித்துக்கொண்டனர் வனஜாவின் கதறலை கேட்டு. ஊரேதிரண்டுவிட்டது. ஊர் புதினம் பார்ப்பதைக்கண்டு தயங்காது தன்னை ஒரு ஹீரோவாக நினைத்து ஊர்மக்களையும் இழுத் துப்பேசினான்.

சண்டையை விரும்பாத ஊர் என்பதால் தன்னை ஒரு சண்டியனாக காட்டிக் கொண் டான். ஊரே காறித்துப்பியது. வனஜாவிற்கு இருந்த மரியாதை அன்றோடு மறைந்தது. வீட்டுக்கூத்து வீதிக்கூத்தானது. தாயை வீட் டைவிட்டு வீதிக்கு துரத்திவிட்டான். தாயோ வீதியில் நின்று. அழுதுகொண்டிருந்தாள். தான் ஒரு ராஜாவைப் போல வீட்டுக்குள்ளே அமர்ந்து கொண்டு தூசண வார்த்தைகளால் பேசிக்கொண்டிருந்தான். மக்கள் கூட்டம் கலைந்து விட்டது. வெளியே நின்ற தாய் உள்ளே வராதபடி கதவைப் பூட்டினான். கொட் டும் மாசிப்பனிக்குள்ளே நடுங்கும் தாயை திரும்பிக்கூடப் பார்க்கவில்லை அந்த ஈவி ரக்கம் அற்ற படுபாவி. அவள் வாங்கின அடி யின் நோவுகள் அவளுக்கு வலியாக இருந்தது. அதன் வேதனை ஒருபுறம், மரியாதை இழந்த சோகம் மறுபுறம். ரவியோ, கொடிய மிருகம் போல வீட்டைப் பூட்டிவிட்டு ஆழ்ந்த தூக்கத் திலிருந்தான்.

போதை தெளிந்து ரவி எழுந்தபோது எங்கும் இருள் பரவியிருந்தது. தாயை காணவில்லை. தூசண வார்த்தைகளை உச்சரித்த அவனது வாய் அம்மா என்ற புனி தச் சொல்லை உச்சரித்தது. அவன் கூப்பிடும் சத்தத்தை கேட்ட ஊரவர்கள் மீளவும் விழித் துக்கொண்டனர். பக்கத்து வீட்டுப் பெரியவர் ஒருவர் அம்மா என்ற வாயை பெற்றோல் ஊத் திக்கொழுத்தவேணும் எனஆத்திரத்துடன்கூறி னார். அதை கேட்டதும் அவன் அலை அடித்து ஓய்ந்தகடல்போல அமைதியாகவே இருந் தான். அவனுக்கு வெட்கம் ஒருபுறம், தாயைக் காணவில்லை என்ற பதற்றம் மறுபுறம்.அம்மா அம்மா என உரத்துக் கூப்பிட்டான். அம் மாவைக்காணவில்லை. வீதிகள், கோயில் கள், என சகல இடங்களிலும் தேடினான்.

அவளைக் காணவில்லை. பொழுது புலர்ந்து சூரியன் தன் ஒளிக்கதிர்களை பூமி யிலே பரப்ப ஆரம்பித்தான். தாயோ இன்னும் வரவில்லை. எவ்வளவு தான் கொடியவனாக இருந்தாலும் தாய்ப்பாசம் இதயக்கதவை தட் டஆரம்பித்தது. ரவி பயப்படும் ஒரே ஆள், தாயின் அண்ணனான ரூபன் மாமா மட்டுமே. ரூபன் மாமாவிற்கு என்ன பதில் சொல்லப்போ றன் பயத்தினால் நடுங்கிப்போனான். அதற்குள் வீதியிலே ஒரு மோட்டார்சைக்கிள் கோண் சத் தம் கேட்டது. இது மாமாவின் கோணாச்சே கனவு காண்கிறவன் போலானான். வெளியே நின்றபடி தங்கச்சிஎன கூப்பிடும் சத்தம் கேட் டது. கனவில்லை என உறுதி செய்து கொண் டான்.வெளியே வரப் பயந்து உள்ளேயே ஒளிந் துகொண்டான். சத்தத்தை கேட்டு வெளியே வந்த பெரியவர் வீட்டைக் காட்டி ஏதோ காதில் கூறினார். ஆத்திரத்துடன் உள்ளே நுழைந்தார் மாமா. ஹீரோவிடம் சிக்கிய ரவுடி போல ரவி சிக்கிக்கொண்டான்.

ஐயோ! மாமா அடிக்காதையுங்கோ கெஞ் சக்கெஞ்ச அடி பலமாக விழுந்தது. ரவிக்கு இதுவரை இப்படி ஒரு விருந்து கிடைத்ததே யில்லை. கோபம் அடங்கிய பின் அவனைத் தடவியவாறே அவனின் தவறான வழியைக் காண்பிக்க ஒருகதை கூறினார் மாமா.

ஒரு நாள், இரவுப்பொழுது, மழையோ கடு மையாகப் பெய்துகொண்டிருந்தது. நானும் உன் அம்மாவும் பக்கத்தூர் திருவிழாவுக்கு போய்விட்டு திரும்பிக்கொண்டிருந்தோம். நேரமோ இரவு 10 மணியைத் தாண்டிவிட் டது. நாங்கள் எங்கள் ஊருக்குப் போகவேண் டுமானால் ஒரு இந்து மயானத்தை தாண்டி யாக வேண்டும். அங்கு மக்கள் குடியிருப்புக் கள் இல்லை. நடுவீதியில் சில நாய்கள் ஏதோ ஒன்றை இழுத்துக்கொண்டிருந்தன. உன்னிப் பாக கவனித்த போது ஒரு பச்சிளம் குழந்தை. மழையில் நனைந்துகொண்டிருந்தது.

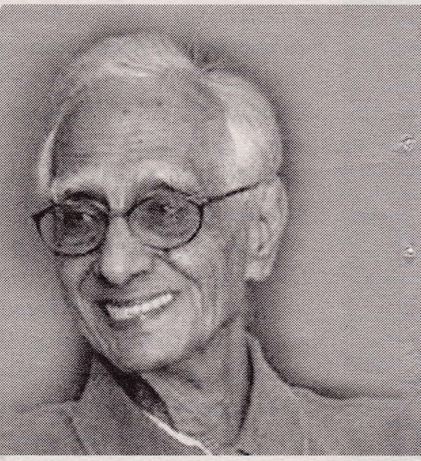
குழந்தையை தூக்கியபோது காய்ச்சல் நெருப்பாக கொதித்தது. தண்ணீரில் நனைந்த படி ஒரு கடிதமும் இருந்தது.அதை வாசிக்ககூட நேரமில்லை. அந்த குழந்தையை ஆஸ்பத்தி ரிக்கு கொண்டுசெல்வதே எமது அடுத்த நோக்க மாக இருந்தது. குழந்தையை தூக்கிக்கொண்டு திரும்பியபோது பேரதிர்ச்சி அங்கே மரத்தில் ஒரு பெண் தூக்கிட்டு தொங்கியபடியிருந்தாள். அப்போது

புரிந்தது. இந்தக் குழந்தை அந்தப் பெண்ணினுடையது என்பது. வந்த வழியே மீளவும் திரும்பினோம். சுமார் பத்துமைல் தொலைவில் தான் ஆஸ்பத்திரி. மழையிலே பிள்ளை நனைந்தமையால் வலிப்பு வேறு ஏற்பட்டது. தங்கச்சி அழ ஆரம்பித்துவிட்டாள். எம் துரதிஸ்டம் சைக்கிள்செயினும்அறுந்துவிட்டது. பிள்ளையின் நிலையோ கவலைக்கிடமாகிவிட்டது .ஐயோ அண்ணா, பிள்ளை சாகபோகுது எனக்கத்தினாள். வழியில் வந்த வாகனத்தை மறித்து ஒருவாறு ஆஸ்பத்திரி வந்து சேர்ந்தோம். அவசர சிகிச்சைப் பிரிவில் சேர்த்துவிட்டு மருந்துவாங்கிவரச் சொன்னார்கள். அவ்வளவு பணம் இல்லை கையில். தான்போட்டிருந்த ஒரே தங்கச் செயினை கழட்டித்தந்தாள் தங்கச்சி எனக்கோ மனது சங்கடப்பட்டது. இருப்பினும் ஒரு உயிரை காப்பாற்ற வேண்டுமே. ஒருவாறு மருந்து வாங்கி குழந்தையைக் காப்பாற்றினோம். நாம் குழந்தையுடன் வீட்டுக்கு சென்ற போது அயலவர்கள் அவளை நடத்தைகெட்டவள் எனத் தூற்றினார்கள். ஆனால் அவளோ மற்றவர்களைப்பற்றி யோசிக்காமல் குழந்தையை வளர்க்கவேண்டும் என்ற முடிவுக்கு வந்தவளாய் பெற்றோரை உறவுகளை விடுத்து தொலை தூரம் சென்றுவிட்டாள். உயிராக அக்குழந்தையை நினைத்து ஒரு சாப்பாட்டுக்கடையில் வேலை செய்து நெருப்புகுளித்து அந்தப் பிள்ளையை வளர்த்தாள் என மாமா கதையைக்கூறி முடித்தார்.

அந்த குழந்தையே தான் என்பதை அறிந்து கதறிக்கதறி அழுதான் ரவி. மாமாவின் காலில் விழுந்து கதறினான். ஊராரிடமும் மன்னிப்பு கேட்டான். ரவியின் வாழ்க்கையில் பச்சை லைட் எரிய ஆரம்பித்தது. அவ்வேளை எழும்படா, நீ ஏன் மற்றவன் காலில் விழவேணும் என்று கண்ணீர் மல்க தூக்கினாள் வனஜா. வாங்கின அடியெல்லாம் மறந்துவிட்டது அவனுக்கு தாயைக் கட்டிக்கொண்டு அழுதான். ஊர்மக்களும் கண்கலங்கினார்கள். சரிந்து போன நன்மதிப்பு மீளவும் கிடைத்தது. நல்லா இருங்க என்றபடி மாமாவும் புறப்பட்டார். அவர்கள் வாழ்விலே பொற்காலம் மலர்ந்து விட்டது. வனஜா மகனை அணைத்து உள்ளே கூட்டிச்சென்றாள். அன்றிலிருந்து ஊரார் அவளை தியாகி என்றே கூறினர்.

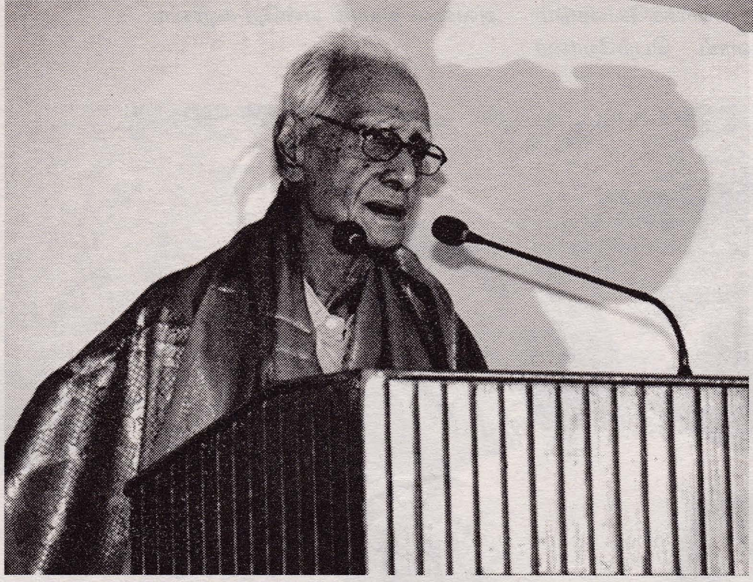
சக்கோட்டை பவுணன்

எழுத்துக்களில் வாழும் அசோகமித்ரன்



வாழ்க்கையில் உன்னதமான தருணங்களை பதித்துச் சென்றவர்களை காலம் தன் சுவடுகளில் பொறித்துக்கொள்கிறது. பல்வேறு துறைகளில் பலதரப்பினரும் தமது பெயர்களை பொன் ஏட்டில் பதித்துச்சென்றுள்ள வேளையில் எழுத்துத்துறையில் தனக்கென ஒரு மென்மையான பாணியை கைக்கொண்டு வாசக நெஞ்சங்களில் நீங்கா இடத்தினை விட்டுச் சென்றுள்ளவர்தான் எழுத்தாளர் அசோகமித்ரன்.

இவர் தமிழின் சிறந்த எழுத்தாளர்களுள் ஒருவர். தியாகராஜன் என்ற இயற்பெயர் கொண்ட அசோகமித்திரன் 1931 ஆம் ஆண்டு ஆந்திர பிரதேசத்தில் உள்ள செகந்திராபாத் நகரத்தில் பிறந்தவர். தந்தையின் மறைவிற்கு பிறகு தனது 21 ஆம் வயதில் சென்னையில் குடியேறினார். எளிமையும், மெல்லிய நகைச்சுவையும் கொண்டது இவருடைய எழுத்து. தமிழ் இலக்கியத்துக்கு உலக அளவில் அங்கீகாரம் பெற்றுத் தந்தவை இவரது கதைகள். அமெரிக்க இலக்கியங்களைத் தமிழில் அறிமுகம் செய்த தனிப்பெருமை இவருக்குரியது. இவரது நாவல்கள் ஆங்கிலம், இந்தி உள்ளிட்ட பல்வேறு மொழிகளில் மொழிபெயர்க்கப்பட்டுள்ளன. ஆங்கில நாளிதழ்களில் தொடர்ந்து எழுதிவந்த அசோகமித்திரன், ஐக்கிய அமெரிக்காவில் அயோவா பல்கலைக்கழகத்தில் எழுத்தாளர்களுக்கான சிறப்புப் பயிலரங்கில் கலந்து கொண்டவர். அப்பாவின் சிநேகிதர் சிறுகதை தொகுப்புக்காக சாகித்ய அகாதமி விருது பெற்றவர்.



இவரது படைப்புகள் பெரும்பாலும் சென்னை அல்லது ஹைதராபாத்தை கதைக்களமாக கொண்டு அமைந்திருக்கும். சாதாரணமான கதாபாத்திரங்களின் மூலம் அசாதாரண கருத்துக்களை வெளிப்படுத்

துவதாக இவரது படைப்புகள் அமைந்திருக்கும் என்று ஒரு கருத்து உண்டு.

அசோகமித்திரனின் எழுத்து பாணி வித்தியாசமானது. எந்த விதமான ஆரவாரமும் இல்லாமல் எதார்த்தம் நழுவாமல் இருக்கும் அவருடைய எழுத்து.

அமைதி தவழும் அவரது எழுத்துக்கள் படிப்பவர்களின் மனதில் ஆழமாய் ஊடுருவும் வல்லமை பெற்றவை. சிரிப்போ அழுகையோ அதிர்ச்சியோ எல்லாவற்றையும் உள்ளது உள்ளபடி மிகை இல்லாமல் கொந்தளிப்பில்லாமல் பதிவு செய்வார் அசோகமித்ரன். ஆனால் படிப்பவர்கள் அத்தனை உணர்வுகளாலும் பிடிக்கப்பட்டு கொந்தளிக்கும் மாயம் நிகழும்.

சுமார் நாற்பதாண்டு காலத்துக்கும் மேலாக தமிழின் மிக முக்கியமான புனைகதை எழுத்தாளர்களுள் ஒருவராக அறியப்படும் அசோகமித்திரன், அமெரிக்கா, சிங்கப்பூர், ஜெர்மனி, இலங்கை ஆகிய நாடுகளுக்கு அழைப்புகளின் பேரில் இலக்கியச் சுற்றுப்பயணம் மேற்கொண்டிருக்கிறார். அவரது பல படைப்புகள், பல இந்திய அயல் மொழிகளில் மொழியாக்கம் பெற்றிருக்கின்றன.

ஜெமினி ஸ்டுடியோவில் மக்கள் தொடர்புத்துறையில் பணியாற்றினார். அந்த அனுபவம் அவருடைய நிறையக் கதைகளில் வெளிப்பட்டிருக்கிறது.உதாரணமாக புகழ் பெற்ற அவரின் புலிக்கலைஞன் சிறுகதையிலும் மானசரோவர் நாவலிலும் அவரது ஸ்டுடியோ அனுபவம் வெளிப்பட்டிருக்கும். அவரது ஸ்டுடியோ அனுபவம் முழுவதையும் தொகுத்து மை இயர்ஸ் வித் பாஸ் என்ற பெயரில் ஆங்கில நூலாக எழுதியுள்ளார் அசோகமித்திரன். தண்ணீர், கரைந்த நிழல்கள், 18வது அட்சக்கோடு போன்ற அவரது நாவல்கள் மறக்கமுடியாதவை.

அசோகமித்திரனின் படைப்புகள் ஆங்கிலம் மற்றும் பல ஐரோப்பிய மொழிகளிலும் மொழி பெயர்க்கப்பட்டுள்ளன. கணையாழி என்ற இலக்கியப் பத்திரிக்கையில் ஏறக்குறைய 25 ஆண்டுகள் ஆசிரியராக பணியாற்றினார் அசோகமித்திரன். தமிழக அரசின் இலக்கியச் சிந்தனை விருது, எம்.ஜிஆர். விருது, என்டிஆர் தேசிய இலக்கிய விருது, க.நா.சு விருது உட்பட பல்வேறு விருதுகளை பெற்றவர் அசோகமித்ரன். தமிழ் இலக்கிய உலகில் அசோகமித்திரன் விட்டுச் சென்ற வெற்றிடத்தை இன்னொருவர் நிரப்புவது கடினம். இவர் 2017 மார்ச் 23 அன்று சென்னை வேளச்சேரியில் உள்ள தன் மகன் வீட்டில் 86 ஆம் அகவையில் இறந்தார்.

ஒரு பத்திரிகை ஆசிரியராக சிறந்த எழுத்தாளராக தன்னை நிலைப்படுத்திக்கொண்ட இவர் காலங்கள் மறைந்த போதும் எம் நெஞ்சங்களை விட்டு மறையாது வாழ்வார் என்பது திண்ணம். சமூகத்தை சொக்கவைத்த அவரது எழுத்துக்களில் அவரது இலக்கிய வாசனை மறையாது கமழ்ந்து கொண்டே இருக்கும்.

தமிழரசி. கிளிநொச்சி.

வடிவமைப்பு : எஸ்.மகாவிஷ்ணு, எம்.ஜீவநீதன்

ஆசிரிய பீடம் : தொலைபேசி : 0114320695, துரித அழைப்பு : 0718628369,

தொலைநகல் : 0114322614, E-mail : oliarazi33@gmail.com, Viber - 0779046836

கடித தொடர்புகளுக்கு :

ஆசிரியர், 'ஒளிஅரசி' இல. 85, ஜயந்த மல்லிமாராச்சி மாவத்தை, கொழும்பு - 14.

அல்லது இல. 55, பருத்தித்துறை வீதி, நெல்லியடி.

தகவல் துளிகள்

அவுஸ்திரேலிய அணியில் விளையாடுவதற்கு வாய்ப்பு பெற்ற இலங்கையின் உயரமான யுவதி

இலங்கையில் மிகவும் உயர்ந்த வீராங்கனைக்கு அவுஸ்திரேலியாவின் கூடைப்பந்து அணியில் விளை யாடுவதற்கு வாய்ப்பு கிடைத்துள்ளது.

பிரபல கூடைப்பந்து ஷூட்டரும் (Shooter) ஆசியாவின் உயரமான கூடைப்பந்து வீராங் கனையுமான இலங்கையின் தர்சினி சிவலிங்கம் என்ப வருக்கு இந்த வாய்ப்பு கிடைத்துள்ளது.

இலங்கை கூடைப்பந்து வீராங்கனை ஒருவர் சர்வ தேச அணியில் இணைந்து விளையாடுவதற்கு பெற்ற முதலாவது சந்தர்ப்பம் இதுவாகும்.

அவுஸ்திரேலியாவின் கூடைப்பந்து அணியில் இலங்கை விளையாட்டு வீரர் ஒருவர் ஒப்பந்த அடிப்ப டையில் இணைத்துக் கொள்ளப்படும் முதலாவது சந் தர்ப்பமும் இதுவென குறிப்பிடப்படுகின்றது.

கடந்த 8ஆம் திகதி வவுனியா கந்தசாமி ஆலயத்தி லிருந்து 60வயது முதியவர்களுக்கு அரச ஓய்வூதியம் வழங்கவேண்டும் என்று வலியுறுத்தி தனது சைக் கிள் ஓட்டத்தினை நாடு பூராக 11நாட்கள்பிரயாணம் செய்து 1515கிலோ மீற்றர் தூரம் இலங்கையைச்சுற்றி மேற்கொண்ட தர்மலிங்கம் பிரதாபனின் சாதனைப்ப யணம் பெரும் வரவேற்புக்கு மத்தியில் வவுனியா வில் நிறைவுற்றது.

ஈரானில் நடைபெறவுள்ள 23 வயதுக்குட்பட்ட ஆண் களிற்கான ஆசிய கரப்பந்தாட்ட போட்டிக்கு இலங்கை சார்பாக மத்தியஸ்தராக செல்கின்றார் நல்லையா சுதேஸ் குமார். ஈரான் பயணமாகும் இலங்கைக் குழாமில் உள்ளடக் கப்பட்டுள்ள வடமாகாணத்தைச் சேர்ந்த ஒரே ஒருவர் இவர் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

யாதுமானவன்

ஒரு கல்யாணம் மலர்ந்து மணம் பரப்ப வேண்டுமானால் கணவன் நல்ல நண்பனாக இருக்கணும்'' என்று சொல்லுவாங்க.

இல்லற வாழ்க்கை என்பது இறைவன் கொடுத்த இனிய உறவு.. இந்த வாழ்க்கை இனிமையாக அமைய கணவன் மனைவி இருவரும் இரு தராசு போல் எந்த விஷயத்திலும் சமமாக இருக்க வேண்டும்.

ஆசை அறுபது நாள் மோகம் முப்பது நாள் என்பது போல, மண முடித்த புதிதில் இல்லாத முரண்பாடுகள் காலப்போக்கில் தோன்றவே செய்கிறது. கூட்டுக் குடும்ப வாழ்க்கை முறை மறைந்து போய்விட்டபோதும் தம்பதிகளுக்கிடையில் குடும்ப மற்றும் உறவினர்களது தொடர்புகளும் தலையீடுகளும் குறைந்துவிடாத சூழலில் தான் தற்போது வாழ்கின்றோம். சண்டை ஆரம்பிக்கு முன்னரே தொலைபேசி வழியாய் தகவல் பெற்றவர்களிற்குச் சென்றுவிட அதன் தொடர்ச்சியாய் சின்னச்சின்ன சண்டைகள் கூட மிகப்பூதாகரமானதாக பார்க்கப்படுகின்றது.

கணவன் மனைவி இருவருக்குமான மனநிலை மற்றும் வீட்டாரின் உபதேசம் என்பவை இணைந்துகொள்ள விளைவு நீதிமன்றத்தினை நாடவேண்டிய தேவையை ஏற்படுத்துகின்றது. ஏதாவது பிரச்சினை என்றதும் கணவன் மனைவி இருவரும் கலந்து பேசுபவர்களாக இருக்கவேண்டும். கணவனுக்கு ஒரு பிரச்சினை என்றால் மனைவியும் மனைவிக்கு ஒரு பிரச்சினை என்றால் கணவனும் தோள் கொடுத்து ஆதரவு அளிப்பவாராக இருக்க வேண்டும். இருவரும் விட்டுக் கொடுப்புடன் பழகக் கூடிய தன்மையுள்ளவர்களாக மாறவேண்டும். அவ்வாறு இல்லாவிட்டால் ராம்குமார் நித்யா இருவரையும் போலத்தான் வாழவேண்டும்.

காலைச்சூரியன் மெல்ல வண்ண உலா வரத் தொடங்கினான் ஆகாயத்தடாகத்தில். புரண்டு படுத்தபடி கண்களை விழித்தாள் நித்யா. அருகிலிருந்த தலையணையைப் பார்த்த விழிகள் வெறுமையாய் திரும்பியது அவளது வாழ்க்கையைப் போல. விழிகளை நிறைத்த கண்ணீரை சுண்டிவிட்டபடியே எழுந்துகொண்டவள் யன்னலைத்திறந்து வெளியே பார்த்தாள்.

நந்தவனப் பூக்கள்

எதிர்வீட்டுக் கதவு திறந்திருந்தது. பலநாளாய் பூட்டியிருந்த கதவு இன்று தான் திறக்கப்பட்டிருக்கிறது. அப்படியென்றால், அந்த வீட்டிற்கு புதிதாக யாரோ குடிவந்திருக்கிறார்கள் என எண்ணியபடி வெளியே வந்தாள்.

எதிர்ப்பட்ட அம்மா, தன் இயலாமையில் முனகியபடியே பூக்களை பிடுங்கிக்கொண்டிருந்தார். சாய்வு நாற்காலியில் படுத்திருந்த அப்பா மெல்ல முகம் திருப்பி பார்த்துவிட்டு திரும்பிக் கொண்டார்.

இப்போதெல்லாம் அவரிடம் ஏதோ ஒரு குற்ற உணர்வை காண்கிறாள் நித்யா.

ராம் நித்யா பிரிவிற்கு மிக முக்கிய

யாதுமானவன்

காரணி அப்பாதான். அவனது சின்னச் சின்ன குறைகளை அவள் அப்பாவிடம் சொன்னதும் அதனைப் பெரிய விடயமாக்கி அவனிடம் வேண்டாத விதண்டாவாதங்களை வளர்த்துக்கொண்டவர். கடைசியில் விவாகரத்து என்ற அஸ்திரத்தை பயன்படுத்தி அவனைப் பணியவைக்கலாம் என எண்ணி அவர் ஆரம்பித்த ஆட்டம் நித்யாவைத் தனிமரமாய் நிற்கவைத்தது. எண்ணத்தை விலக்கி மொட்டை மாடிக்குச் சென்று யோகா செய்வதற்காய் அமர்ந்துகொண்டவள் எதிரே கேட்ட பேச்சுக்குரலில் சிந்தை கலைந்தாள்.

பேசிக்கொண்டது வேறுயாருமல்ல, எதிர் வீட்டு தாத்தா பாட்டி தான். பாட்டி கூடையை வைத்திருக்க தாத்தா பூக்களைப்பறித்து கூடையில் போட்டுக்கொண்டிருந்தார். நித்யாவின் நினைவுகள் சட்டென்று இரண்டு ஆண்டுகளுக்கு முன்னோக்கிச் சென்றது. இப்படித்தான், அவளும் ராம்குமாரும். ஒருவர் பூப்பறிக்க ஒருவர் கூடையை பிடிப்பது வழமை. கண்களை மீண்டும் நிறைத்தது கண்ணீர். சுண்டிவிட்டுக் கொண்டாள்.

மனம் எதற்கும் இடம் தராது முண்டியடித்தது. பேசாமல் கீழே இறங்கிவந்துவிட்டாள். ஆச்சரியமாய் பார்த்த அம்மாவிற்கு ரைம் ஆச்சு என்ற ஒற்றைப்பதிலை தந்துவிட்டு நகர்ந்தாள். இயந்திரமாய் தயாராகி அலுவலகம் புறப்பட்டாள். வாசலில் மீண்டும் எதிர்வீட்டு தாத்தா பாட்டி. கதைத்தபடியே காய்கறி வாங்கிக்கொண்டிருந்தனர். நித்யாவின் எண்ணங்களோ அவள் கட்டுப்பாட்டில் அடங்காது பாய்ந்துசென்றது.

ராம்ராம் உரக்க கூவும் அவளது குரல் கேட்டு எட்டிப்பார்த்து என்ன? என்பான். இல்ல, காய்கறி வாங்கணும், வாங்க என்பாள். தடித்த மீசையின் கீழ் அழகான புன்னகையை தவளவிட்டபடி அவன் வரும் அழகை இமைக்காது பார்த்து ரசித்திருக்கிறாள். தன்னை உலுக்கிவிட்டுக் கொண்டாள். இன்று எனக்கு என்னாச்சு? ஏன் இப்படி நடந்தவைகளை நினைக்கிறேன்? ராம் நித்யா உறவுதான் முடிந்து போயிற்றே உள்ளங்கையை விட்டுவிட்டு புறங்கையைப் பார்ப்பது போல அவனிடம் இருந்த நிறைகளை விட குறைகளை மட்டுமே பார்த்ததே அவள் விட்ட மிகப்பெரிய தவறு.

அலவலகம் வந்தாள். வேலை ஓடவில்லை. விடுப்பு எழுதிக்கொடுத்துவிட்டு வீட்டிற்கு வந்துவிட்டாள். புருவம் உயர்த்திப்பார்த்த அம்மாவிடம் தலைவலி என்றாள். அறைக்குள் சென்று எதிர்வீட்டு ஜன்னலால் அந்த தாத்தா பாட்டியை பார்த்துக்கொண்டாள். ஏதோ ஒரு நிறைவு அவளையும் அறியாமல்.

உள்ளே வந்த அம்மா, அப்பா அழைப்பதாக கூறியதும் தந்தையின் அருகில் சென்றாள். அவளது கையைப்பற்றிக் கொண்டவர், அம்மா நித்யா, என்னை மன்னிச்சிடு, என்றதும் வியந்து பார்த்தவளிடம் நேற்று பேப்பர் பாத்ததில இருந்து நீயும் நிம்மதியா இல்ல, நானும் நிம்மதியா இல்ல, என்றவர் ராம்குமார் வெளிநாட்டுப்படிப்பை முடிச்சு திரும்பவும் இதே மாவட்டத்திற்கு அரச அதிபரா வந்ததை நானும் பேப்பரில பாத்தன், அநியாயமா உன் வாழ்க்கையில குறுக்கிட்டு அவரைக் கண்டபடி பேசி உங்களுக்குள்ள நிரந்தர பிரிவு ஏற்பட நானே காரணமா இருந்திட்டேன். பற்றியிருந்த கரம் துவண்டு விழுந்தது.

அப்பாஅப்பா கதறினாள் நித்யா. அவள் ஒரே பெண். யாரைக் கூப்பிடுவது, எண்ணத்தில் உதித்தது அந்த தொலைபேசி இலக்கம் தான், டயல் பண்ணினாள், மறுமுனையில் அமைதி. மீண்டும் முயற்சிப்பதா வேண்டாமா என்ற எண்ணப்போராட்டத்தில் மீண்டும் டயல் செய்தாள்.

ஹலோ என்றது அவனது கம்பீரக் குரல். அவள் தான் இலக்கத்தை மாற்றிவிட்டாள். அவன் மாற்றவே இல்லை. ராம் ராம் அப்பா அவள் முடிக்கவில்லை நித்தி, என்னாச்சு? மாமாவுக்கு என்னாச்சு? பதற்றம் தொனித்த அவனது குரலில் எந்த மாறுபாடும் இல்லை. அவளால் பேசமுடியவில்லை, குலுங்கி அழுதாள். தொலைபேசி துண்டிக்கப்பட்டது, ஓய்ந்து போனாள் நித்யா.

பத்தே நிமிடத்தில் பறந்து வந்தது அவசர சிகிச்சை வண்டி. அப்பாவுடன் அவளையும் ஏற்றிக்கொண்டு பறந்தது. அம்மாவிற்கு தைரியம் சொல்லி வீட்டில் விட்டுவிட்டு புறப்பட்டாள். அவள் காத்திருந்த நேரம் பத்தோ இருபதோ நிமிடங்கள் தான். தலையைக் கைகளில் தாங்கி குனிந்திருந்தவளின் கரங்களைப்பற்றி நிமிர்த்திய வலிய கரங்கள் ராம்குமாரினுடையது தான். கரம்கூப்பி அழுதவளை தடுத்தது அவனது கரங்கள்.

வெளியே வந்த வைத்தியர், சமயோசிதமா செயற்பட்டதால் உங்க மாமனார் உயிரைக் காப்பாத்திட்டீங்க ராம் என்றார். கூனிக்குறுகி நின்ற மனைவியை அழைத்துக்கொண்டு அவன் சென்ற இடம் அவர்கள் வாழ்ந்த வீடு. அவன் அழைத்துச்சென்று நிறுத்தியது கலண்டரின் முன்னால். திகதியைப் பார்த்தவள் அதிர்ந்தாள். ஆம் இன்று அவர்களின் திருமணநாள்.

இருபத்தைந்து வருடங்களைக் கடந்து பேரன்பேத்தி கண்டுவிட்ட ராம் நித்யாவின் வாழ்க்கை இன்றுவரை ஆனந்தமாகவே ஓடிக் கொண்டிருக்கிறது.

திருமதி சந்தியா சந்தோஷ்

பார்ப்போம் பழகுவோம்

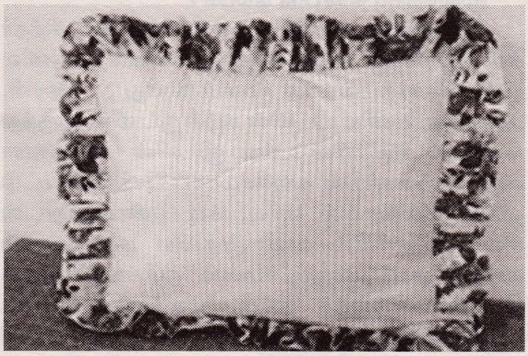
தையற்கலை

சென்ற மாத தொடர்ச்சி

அடிப்படை தையல்களின் தொடர்ச்சி

தலையணை, தலையணை உறை

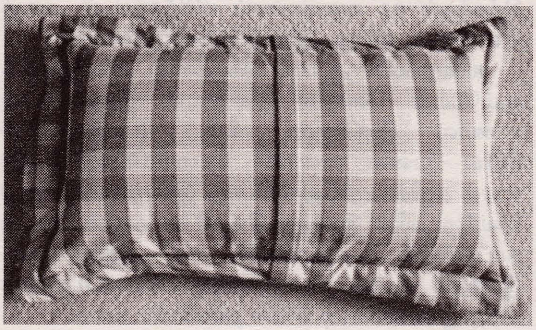
முன்பக்கத் துணியை அலங்கரித்துக் கொண்ட பின் சுருக்குவிசிறி (பிறில்) வைத்துக் கொள்ள விரும்பியவர்கள் மெல்லியதாக வெட்டப்பட்ட துணியின் ஒருபக்கம் மடித்துத் தைத்துக்கொண்ட பின முன்துணியின் நான்கு பக்க விளிம்பிலும் வைத்து சுருக்கமாகத் தைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.



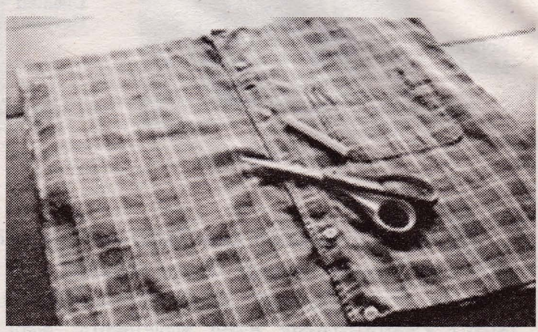
பின்னர் பின்பக்கத் துணியை பக்கவாட்டில் இரண்டாக வெட்டி நடுப்பகுதியின் இரண்டு விளிம்புகளையும் மடித்துத் தைத்துக் கொண்ட பின்

முன்துண்டுடன் இணைத்துத் தைத்துத் திருப்பிக் கொள்ள வேண்டும்.

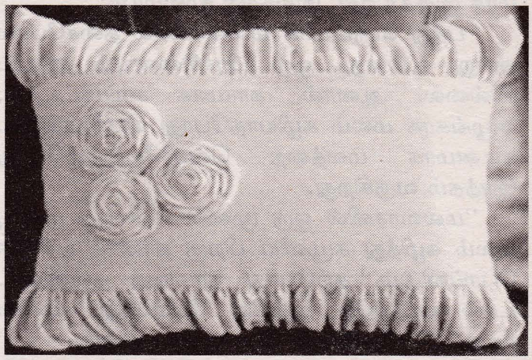
இவற்றை விட பாவனையிலிருந்து விலக்

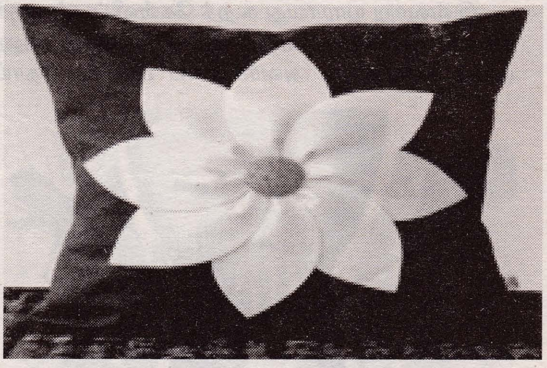


கிய ஆடைகளைப் பயன்படுத்தியும் தலையணை உறையைத் தயார் செய்துகொள்ளாம்..



இத் தலையணைகளை எமது கற்பனைக்கேற்ற வகையில் வடிவம் அலங்காரம் என்பவற்றை பல்வேறு விதமாக அமைத்துக் கொள்ளலாம்.



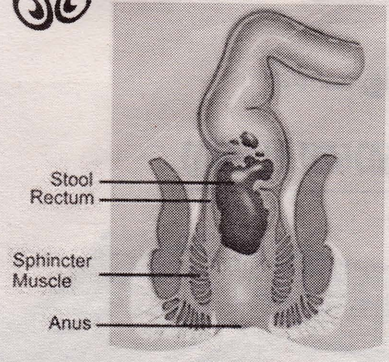


திருமதி சுமித்ரமலர் ராகவன்
(0212261145)

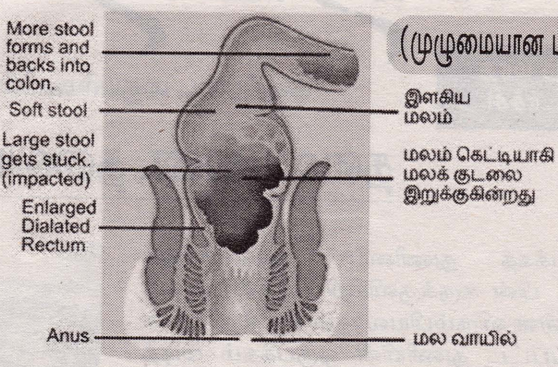
ஆயுள்வேத மருத்துவம்

மூலநோயும் அதற்கான தீர்வுகளும்

(முழுமையான பார்வை)



சாதாரண நிலை



மலச் சிக்கல் உள்ளபோது

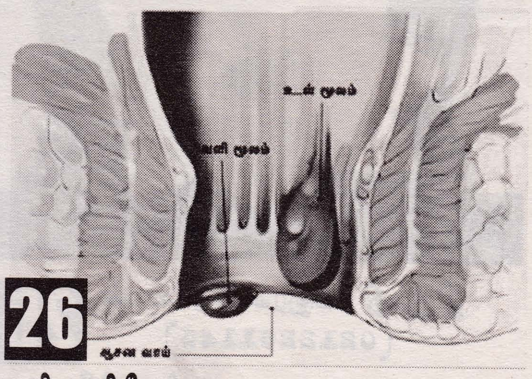
இக்காலப்பகுதியில் மூலநோய் என்பது எம்மில் பலபேருக்கு வயது வேறுபாடின்றி ஏற்படுகிறது. சிலர் இதனை ஆரம்பநிலையிலேயே இனம் காண்கின்றனர். சிலர் அறியாமை, அலட்சியம் காரணமாக நோயைப் பெருகச்செய்துவிடுகின்றனர்.

''ஒருவாரமாக மலம் கழிக்கும்போது இரத்தம் வருகிறது. ஆனால், வலி இல்லை. பயமாக இருக்கிறது. இதுதான் மூலமா?''

''பத்து வருடமாக மலவாசலில் தசைபோல ஒன்று உள்ளது. ஒரு பிரச்சினையும் ஏற்படவில்லை. ஆனால், காரமாக சாப்பிட்டால், ஒழுங்காக மலம் கழியாதபோது பெரிதாகிறது. கடினமாக மலத்தை வெளியேற்றும்போது இரத்தம் வருகிறது.

''மலவாசலில் ஒரு முளை உள்ளது. முன்பு மலம் கழித்து கழுவிய பிறகு தானாக உள்ளே போய்விடும். தற்போது நாமாகத் தள்ளிவிட்டால் மட்டுமே உள்ளே போகிறது. முளை சற்றுப் பெரிதாகியது போலவும் உள்ளது.''

இவ்வாறு யாராவது கூறக் கேள்விப்பட்டிருக்கலாம். ஒவ்வொருவருக்கும் ஒவ்வொரு அனுபவம் என்றாலும் அவர்களைப் பாதித்த நோய் என்னவோ மூலநோய்தான்.



மூலநோய் என்பது என்ன?

சித்தமருத்துவத்தில் மூலநோய் பற்றி சித்தர்கள் கீழ்க்கண்டவாறு வகுத்துள்ளனர். ''அனில பித்த தொந்தமல்லாது மூலம் வராது'' - தேரன். அதாவது, மனித உடலின் கீழ்க் குடலில் இருந்து மலவாய் வரையில் உள்ள குடலின் பாதைகளானது, உஷ்ணத்தின் காரணமாகப் பாதிக்கப்பட்டு வீங்கி மலவாயில் எரிவு, கடி என்பவற்றுடன் சிலவேளைகளில் வலி முதலிய குறி குணங்களைக் காட்டுவதும், மலம் கழிக்கப்போகும் போது மலத்தைக் கட்டி, மலத்தைக் கழிக்க முடியாமல் தடுப்பதும், அதனை உந்தி வெளியாக்க முயலும்போது நீர் வறண்டு இறுகி அது இரத்த நாளங்களைக் கீறி அதிலிருந்து கசியும் குருதியோடு மலம் கழித்தலும், உந்துதலுக்கு ஏற்ப முளையும் வெளியாகும். மேலும் மலவாயில் வளையங்களில் கிழங்குகளின் முனை, வேர் போல மாமிச முளைகளை உண்டாக்கி மலவாயிலில் வலி, எரிவு, கடி, வீக்கம், தாபிதம் முதலியவற்றையும் உண்டாக்கும். இம்மூலநோயை சித்தர்கள் 21 வகையாகப் பிரித்ததுடன் அவற்றில் தீரும், தீராது பற்றியும் பிரித்துள்ளனர்.

உள்மூலம்: ஆரம்ப நிலையில் மலம் கழிக்கும்போது லேசான வலியுடன் இறுக்கமான உணர்வு இருக்கும். பின்பு மலக்குடலில் சிறிய முளை வளர்ச்சி பெறும்போது உந்தி மலம் கழிக்க முயலும்போது இம்முளையானது மலக்குடலில் இருந்து வெளியே வரும். அச்சந்தர்ப்பத்தில் மலவாயிலில் வலி அதிகமாகும். இரத்தம் வரும். மலவாய்க்கு வெளிப்புறமாக வந்த முளையை உள்ளே தள்ளிவிடலாம்.

உள்மூலம் முற்றிய நிலையில் மலவாயின் உட்புறம் வீக்கம் பெரிதாகி மலம் கழிக்கும் போது தாங்கமுடியாத வலி, இரத்தப்போக்கை

ஏற்படுத்தும்.

மூலவீக்கம், மலவாய்க்கு வெளியே முழுமையாக வந்துவிட்டால் விரலை வைத்து உள்ளே தள்ளமுடியாது. இதில் ஒருவிதமான ஈரமான சவ்வுப்படலம் மூலக்கட்டியை மூடியிருக்கும். இந்நிலையில், மலவாயிலில் புண் போன்ற வலியும் இரத்தக்கசிவும் இருக்கும்.

வெளிமூலம்: ஆரம்ப நிலையில் மலவாய் துவாரத்தைச் சுற்றியிருக்கும் இரத்த நாளங்களில் ஆயுத எழுத்து போன்ற மிளகு வடிவத்தில் சிறிய வீக்கம் இருக்கும். இதனால் மலம் கழிக்கும்போது வலி ஏற்படும். பின்னர் மிளகு வடிவத்தில் இருந்த வீக்கம் வெளிப்பார்வைக்குத் தெரியும்படி சற்றுப் பெரிய வீக்கமாக அதிகரிக்கும்போது வலி, வேதனை முன்பு இருந்ததைவிட அதிகரிக்கும். மலம் கழிக்கும்போது மேலும் கடுமையாகும்.

மலம் கழிக்க வேண்டும் என்ற நினைப்பு வந்தாலே பயம் ஏற்படும். வீக்கத்திலிருந்து ஒருவித நிறமற்ற திரவக்கசிவு ஏற்பட்டு மலவாயிலில் கடியை ஏற்படுத்தும். இந்நிலையில் நோயாளி உட்காரவோ, நிற்கவோ முடியாமல் சிரமப்பட வேண்டியிருக்கும். மேலும் வலியுடன் கூடிய ஒரு பந்தின் மீது உட்கார்ந்துள்ள உணர்வு ஏற்படும்.

மூலநோய் ஏற்படக் காரணங்கள்:

★ முதன்மையானது மலச்சிக்கல்

★ மலத்தை அடக்குதல்

★ கோடை காலத்தில் உடலின் தேவைக்கு ஏற்ப நீர் அருந்தாமை, அதிக வியர்வை என்பவற்றால் மலக்குடல், பெருங்குடல் பகுதியில் வறட்சி ஏற்பட்டு மலச்சிக்கல் ஏற்பட்டு மூலநோய் ஏற்படும்.

★ இறைச்சி, கருவாடு, ஊறுகாய், காரம் மிகுந்த உணவு, பொரித்த உணவு என்பன அதிகளவு உணவில் சேர்த்தல்.

★ நீண்ட நேரம் அமர்ந்திருந்து வேலைசெய்பவர்களுக்கு (உ+ம்: வாகன ஓட்டுனர்) உடற்சூடு அதிகரித்து மலவாய் உறுத்தல்

★ அதிக எடைகளை சக்திக்கு மீறி தூக்குதல்.

★ பெண்கள் கருத்தரித்துள்ள போது கர்ப்பப்பை விரிதலால் மலக்குடல் அழுத்தப்படல்.

★ பசியின்மை, பசி அடக்கலின் போது, கீழ்நோக்கி மலத்தை தள்ளும் வாயு தன் வேலையை செய்யமுடியாமையால் மூலச்சூடு அதிகரித்தல்.

★ மூச்சுப்பயிற்சி, தியானம் முறைப்படி கற்காது தாமாக செய்தல்.

மூலநோய் ஏற்படுவதை எமது அன்றாட செயற்பாடுகளின் மூலமும், உணவுப்பழக்க வழக்கத்தை சீர்ப்படுத்துவதன் மூலமும் தவிர்த்துக்கொள்ள முடியும்.

1. சரியான நிலையில் மலம் கழித்தல்

தற்போது கொமட் (Commode) மூலம் மலம் கழிப்பது அதிகரித்து வருகின்றது. எனினும், முழங்கால்களை மடித்து (Squatting position) மலம் கழிக்கும்முறையே சிறப்பானது.

2. தினமும் உடற்பயிற்சி செய்தல்

மலச்சிக்கலைத் தடுக்க இரத்தோட்டத்தைச் சீராக்க தினமும் நன்கு உடற்பயிற்சி செய்தல். மிகக் கடின உடற்பயிற்சியைத் தவிர்த்து நடைப் பயிற்சி, நீச்சல், ஜாக்கிங் போன்ற உடல் அசைவுகளைத் தூண்டும் பயிற்சி சிறந்தது.

3. மலம் கழிக்கும்முன்னர் எட்டு(8) போன்ற அமைப்பில் கால்களை மாற்றி மாற்றி வைத்து 5 நிமிட நேரம் நடப்பின் மலம் இலகுவாகக் கழியும்..

4. மலத்தை அடக்காது, மலம் கழிக்கும் உணர்வு ஏற்பட்டவுடனே மலம் கழித்தல்.

5. வாரம் ஒருமுறை எண்ணெய் தேய்த்துக் குளித்தல்.

6. உடல் நிறை அதிகம் உள்ளவர்கள் (Obesity) சமச்சீரான உணவு உண்ணல்.

7. புகைப்பிடித்தல், மது அருந்துதல் கைவிடல் வேண்டும்.

8. 'இலங்கணம் பரம ஔஷதம்' சாப்பிட்ட பாத்திரங்களை கழுவி வைப்பதுபோல குடலையும் அடிக்கடி சுத்தம் செய்தல் வேண்டும். அதற்காக எம்முன்னோர்கள் வழி காட்டியிருப்பது விரதமிருத்தல். வாரத்தில் ஒருநாள் ஒருவேளை மட்டுமாவது விரதம் இருத்தல்.

உணவுப்பழக்கவழக்கங்களை சீர்செய்தல்:

1. அதிகளவு நீர் அருந்துதல், இளநீர், மோர் என்பன தாகம் தீர அருந்துதல்.

2. வெயிலிற்குள் அலைவதைத் தவிர்த்தல்

3. கருவாடு, கோழி இறைச்சி, பதப்படுத்திய உணவுகளைத் தவிர்த்தல்.

4. பச்சைக்காய்கறிகள், பழங்கள், நார்த்தன்மையான உணவுகளை அன்றாட உணவில் அதிகப்படுத்தல்.

நார்த்தன்மையானது, மலத்தை மென்மைப்படுத்தும். கரையாத நார்த்தன்மை கொண்டவை நீரை குடலினுள் அதிகளவாக உறிஞ்சிக்கொள்ளும். இது மலத்தின் அளவை அதிகரித்து மலத்தை சீராக வெளியேற்றும்.

5. வாழைப்பூ, கரட், லீக்ஸ், ஓட்ஸ் நன்று. அத்துடன் முழுத்தானியங்கள், பார்லி, பீன்ஸ் போன்றவையும் உகந்தது.

மருந்தாக உட்கொள்ளக்கூடியவை:

1. வெங்காயம்:

i. நீண்டநாள் இரத்தமூலத்திற்கு தயிரில் வெங்காயத்தை ஊறவைத்து தினமும் இரு வேளை உண்ணல் அல்லது வெங்காயத்தை மோரிலிட்டுக் குடித்தல்.

ii. வெங்காயச் சாற்றுடன் நெய் சேர்த்து உண்ணல்.

iii. வெங்காயத்தை பச்சையாக மென்று உண்ண இரத்தம் வருவது சரியாகும்.

2. இஞ்சி: குடல்புண் அற்றவர்கள் இஞ்சிச் சாறை எலுமிச்சம்சாறிலிட்டு குடித்து வர வறட்சி குறைந்து வலி குறையும்.

3. வட்டத்துத்தி: மூலநோய்க்கு துத்தி இலை சிறந்த மருந்து. இருகை அளவு நறுக்கிய துத்தி இலையும் சிறிது மஞ்சள் தூள், சின்ன வெங்காயம் பத்து அரிந்துபோட்டு ஆமணக்கு எண்ணெய் விட்டு வதக்கி மிளகுதூள் உப்பு சிறிது சேர்த்து உண்ண மூலநோய் குணமாகும்.

4. குப்பைமேனி: நன்கு செழிப்பான குப்பைமேனிச் செடியை சுத்தம் செய்து வெயிலில் காயவிடல். பின்னர் இலை, வேர், தண்டு அனைத்தையும் இடித்து தூள் செய்து வைக்குக. இத்தூள் அரைத் தேக்கரண்டியுடன் பசு வெண்ணெய் ஒரு எலுமிச்சை அளவு சேர்த்து பிசைந்து காலை, மாலை என நாற்பது நாள் உண்ண அனைத்து மூல வியாதியும் குணமாகும். இதன்போது அதிக காரம், கோழிக்கறி தவிர்த்தல் வேண்டும்.

வெளிப்பிரயோகமாகக் கடைப்பிடிக்க வேண்டியவை:

1.மலவாசலை வெந்நீரால் கழுவி சுத்தமாக வைத்திருத்தல்.

2. Sitzbath என்று கூறப்படுகின்ற முறை: மலவாயிலை வெதுவெதுப்பான நீரில் 15 நிமிடம் இருக்கும்படியாக ஒரு தொட்டியில் அமர்தல். இதை ஒரு நாளைக்கு 2- 3 தடவைகள் செய்யலாம்.

3. ஐஸ்கட்டி பாவித்தல்: வீக்கம் மற்றும் கட்டிக்கு பலன்தரும். ஐஸ்பேக் (Icebag) உபயோகித்தல். இல்லாவிடின் ஐஸ் துண்டுகளை ஒரு பிளாஸ்ரிக் பையில் இட்டு அதனை ஒரு துணி கொண்டு மூடி வசதியான நிலையில் மலவாயிலில் ஒத்தடம் கொடுத்தல்.

மருத்துவ ஆலோசனையோடு கடைப்பிடிக்க வேண்டிய வெளிப்பிரயோக முறைகள்:

1. மூலநோயின் தீவிரத்தில் ஏற்படும் எரிச்சல், வலிக்கு சின்ன அல்லது பெரிய வெங்காய சருகுகளை நூல் துணிகளில் உள்ளே வைத்து தலையணை போல் தைத்து மலவாயிலுக்கு கீழே வைத்து அமரல்.

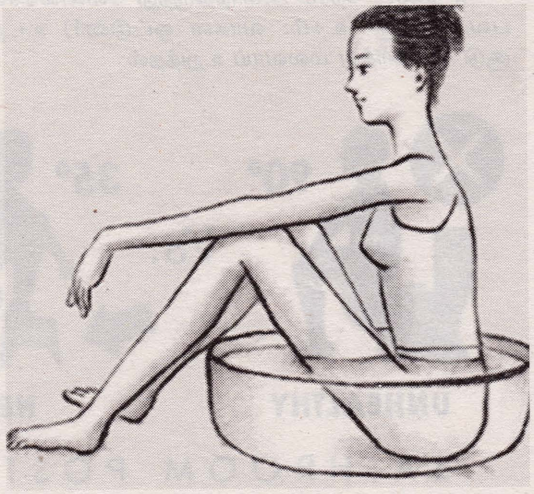
2. சோற்றுக்கற்றாளை மடலை மேல்தோல் சீவி, பளபளப்பாக இருக்கும் பகுதியை மலவாயிலில் வைத்து இரவில் உறங்குதல். மூலம் சுருங்கிவிடும்.

3. வெளிமூலத்திற்கு வட்டத்துத்தி இலை ஒரு கைப்பிடி, சிறிது மஞ்சள் தூள், ஆமணக்கு எண்ணெய் விட்டு வதக்கி இளம் சூட்டுடன் மலவாயிலில் இரவில் வைத்துக் கட்டல்.

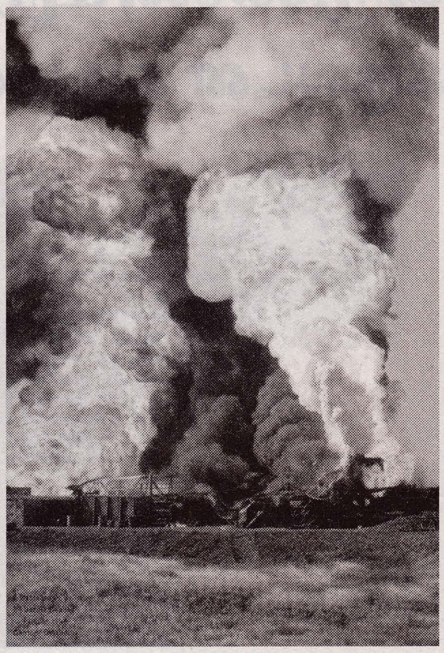
4. கழுவுநீர்: பொடித்த ஆல், அரசு, அத்தி மரப்பட்டைகளை நீர்விட்டு வற்றக்காச்சி வடிகட்டிய நீரை மூலம், மலவாசலைக் கழுவிவர மூலமுளை சுருங்கும். மலவாயில் கடுப்பு தீரும்.

எனவே, மூலநோய் தீவிர தன்மைக்கேற்ப குணப்படுத்தக்கூடியதாக அமையும். எனவே, மருத்துவரைச் சந்தித்து ஆலோசனை பெற்று தீவிரத்தன்மைக்கேற்ப மருந்துகளை உள்ளெடுப்பின் மூலநோயிலிருந்து நிவாரணம் பெறலாம்.

Dr.(Mrs) K.Kanarajan
சித்தவைத்தியர்



Battered Fire Machine



In California, an oil well, belonging to a private company caught fire. So, the Chairman of the company informed a massive private fire brigade company to come and put out the fire.

A huge fire engine came from the fire brigade company but it could not go near the oil well because it was burning so severely. So, all the fire crews had to wait far away from the oil well.

It is a routine practice by law to inform the Municipal Council too about the fire and it was done so. They had only a small battered fire machine and it came wobbling all over.

The private fire company crews were looking sarcastically at the municipal engine but to everyone's surprise the battered machine steadily approached the oil well and stopped. .The municipal firemen jumped out, held the hose at the fire and in a few minutes the fire was extinguished.

The Chairman of the company was highly thrilled to note the bravery of the municipal crews and therefore arranged a dinner party to thank them and invited the Mayor too for the occasion.

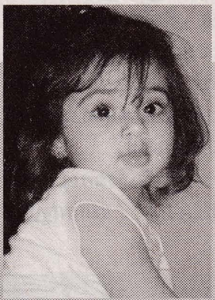
At the end of the party, the Chairman gave the Mayor a donation of 5000/- Dollars for the municipality improvement and then casually asked him what he would do with the donation.

The Mayor's answer was ....

senior journalist
by subramaniyam

இந்த சின்ன ஆங்கில பந்தியின் கருத்து புரிகின்கிறதா?இல்லாவிடில் ஆங்கில தமிழ் அகராதியை பார்த்து கடினமான சொற்களின் தமிழ் கருத்தை விளங்கி பந்தியை மொழிபெயர்க்க. வெற்றிடத்தில் ஒரு ஜோக் புதைந்து உள்ளது. கண்டு பிடிக்கவும்

(முடியாவிடில் பக்கம் 57ஐ பார்க்க)



மின்னல் மின்னும்போது அம்மாவைக் கட்டி அணைக்கும் குழந்தைக்குத் தெரிந்திருக்கிறது. 'அம்மா அதைவிடப் பெரிய சக்தி என்று'

கருவுற்றால் இன்பம் கருணையுற்றால் பேரின்பம்

கருவுடன் கருணையுற்றால் இறைமை

இரக்கத்தின் உருவாய் இருப்பவர்கள் பெண்கள். தன்னுடைய சந்தோசங்களை மற்றவர்களிற்காக தியாகம் செய்யும் பெண்கள் ஒவ்வொருவரினதும் அடிப்படை குணமாக அமைவது அன்பும் இரக்கமுமே . மேரி கியூரி அம்மையார் தொடக்கம் அன்னை தெரசா வரை அனைவருமே தமது மனதில் தோன்றிய இரக்கத்தினாலும் அன்பினாலுமே சேவையின் திருவுருக்களாய் விளங்கி வரலாறுகள் கடந்து வாழ்ந்துகொண்டிருக்கின்றனர் என்பது உண்மை.

ஒரு பெண் தாயாக மாறும் போது அவளிடம் ஏற்படும் பூரிப்பும் மகிழ்ச்சியும் எதற்குமே ஈடானது அல்ல. இது உலக அதிசயம் அல்ல, உணர்வுகளின் அதிசயம். பெண்கள் ஒரு குழந்தைக்கு தாயானதுமே அம்மா என்ற உயரிய அந்தஸ்திற்கேற்ப தமது விருப்பு வெறுப்புகளை மாற்றி தமது சந்தோசங்களை தியாகம் செய்து வாழத்தொடங்குகின்றனர். மிகச்சிறந்த சந்தோசம் என எண்ணுபவற்றைக்கூட தம் குழந்தைகளுக்காக தியாகம் செய்து வாழ்வதை காண முடிகிறது. மெழுகு தன்னை உருக்கி ஒளி கொடுப்பது போல தாயானவள் தன்னை உருக்கி தன் பிள்ளைகளை கண்ணும் கருத்துமாக வளர்க்கின்றாள். எவ்வளவு தான் துன்பமோ கவலையோ ஏற்பட்டாலும் தன் குழந்தையின் சின்னச்சிரிப்பில் அத்தனையும் மறந்து மனம் பூரிப்பதை காணமுடிகிறது.

கருவைச் சுமந்தவளின் உணர்வுநிலை இதுவென்றால் கருணை சுமந்து ஒராயிரம் குழந்தைகளை தமது பொறுப்பாக எடுத்துக் கொள்பவர்களின் உள்ளத்து இன்பம் வார்த்தைகளில் வடிக்க இயலாதது. கருவுற்று குழந்தை பெற்ற பெண் தான் பெற்ற பிள்ளையின் சிரிப்பில் அகமகிழ்கிறாள் என்றால் கருணையுற்று பல குழந்தைகளுக்கு தாயான பெண்ணோ தான் பெறாத அத்தனை குழந்தைகளுக்காகவும் சதா பம்பரமாய் இயங்கிக் கொண்டிருப்பாள். அதனால் தானோ உலகம் என்னும் கடிகாரத்தை இயக்கும் காலக்கம்பிகள் பெண்கள் எனக்கூறுகின்றனர்.

உலக இயக்கத்தின் முன்னோடியாய் திகழ்பவள் பெண் என்பதை யாராலும்

மறுக்கவோ மாற்றவோ முடியாது. **பெண்களின் அன்பும் இரக்கமும் எந்த அளவிற்கு விரிவடைகின்றதோ அந்த அளவிற்கு உலகமும் மக்களும் உயர்வடைவர் என்பது நிதர்சனம். கருவுற்றால் ஒன்று, கருணையுற்றால் பல, கருவுடன் கருணையுற்றால் தெய்வம் என்பது உலகியல் வாக்கு.**

ஆனால் பெரும்பாலும் கருணையுறும் பெண்கள் கருவுறாதவர்களாகவே காணப்படுகின்றனர். எம்முன்னே உள்ள மிகப்பாரிய உதாரணமாக அன்னை தெரசா அவர்களை நோக்கலாம். ஒரு பெண்ணின் அடிப்படை இயல்பாக உள்ள இரக்கசிந்தையே இதற்கான காரணமாக காணப்படுகின்றது.

அன்னையர்களே, அனைவரும் ஒரு விடயத்தினை சிந்திக்கவேண்டும். எமது கணவர், எமது பிள்ளைகள் என்பதோடு எமது உலகினை சுருக்கிக்கொள்ளக் கூடாது. உங்கள் கருவில் சுமந்த பிள்ளைக்காக செலவிடும் நேரம் மற்றும் பணத்தில் ஒரு பகுதியையேனும் தாய் தந்தையை இழந்த வறுமையில் வாடும் வேறு குழந்தைகளுக்கு செலவு செய்வதன் மூலம் தெய்வீகத்தாயாக மாறமுடியும். அது மட்டுமன்றி தாயே பிள்ளைகளின் முதலாவது முன்னுதாரணமாகும். அதனால் தாய் இரக்கசிந்தை கொண்டவராக விளங்கும் போதே பிள்ளையும் அதிஇரக்க சிந்தை கொண்ட பிள்ளையாக வளரும்.

பிள்ளைகளுக்கு சிறுவயது முதல் நாம் எம்மாலான உதவிகளை மற்றவர்களுக்குச் செய்யவேண்டும் என்பதை சொல்லிக் கொடுக்கவேண்டும், அவ்விதமாக நாம் வாழ்ந்து காட்டவேண்டும்.. நாம் காட்டும் அன்பும் அக்கறையும் பலபேரை வாழ வைத்து வழிகாட்டுகின்றது என்றால் அந்த அன்பை அக்கறையை எம்மால் முடிந்த அளவு மற்றவர்களிடம் காட்டுவது என்பது உயர்ந்த பண்பாக போற்றப்படுவதுடன் வரலாற்றின் பொன் ஏடுகளிலும் எம் பெயரைப் பொறித்து வாழமுடியும். கருவுற்றதோடு நின்றுவிடாது கருணையுமுற்று வாழ்வை பயனுள்ளதாய் மாற்றுவோம். செல்வத்தினையும் வளத்தினையும் யாரும் இறப்பின் பின் கொண்டுசெல்வதில்லை. அடுத்தவர்க்கு கொடுக்கும் போது செல்வம் கூடுமே தவிர குறைவதில்லை. அதனைப்பயன்படுத்தி எம்முன்னே நாம் காணும் இயலாதவர், இல்லாதவர்களுக்கு உதவிஅவர்களின் வாழ்வை வளமாக்குவதன் மூலம் எமக்கான இறைவனின் கணக்கில் அதிகளவில் வரவினையும் ஏற்படுத்திக்கொள்ளலாம்.

அன்பிலார் எல்லாம் தமக்குரியர். அன்புடையார்

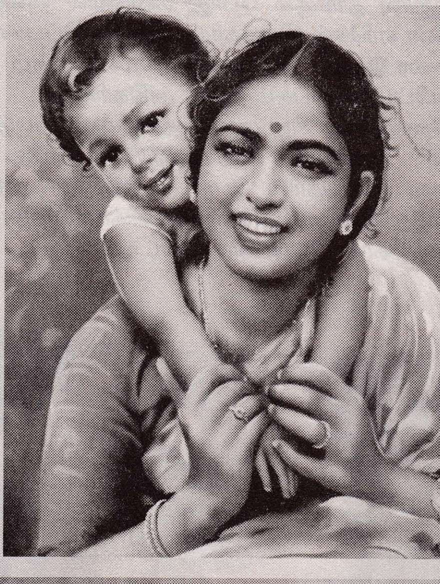
என்பும் உரியர் பிறர்க்கு.

என்கிறது திருக்குறள். அன்பு காட்டுவது ஒரு வரம். அதனை எந்த பிரதிபலனும் எதிர்பாராமல் காட்டுவதே சிறப்பானது. அது தரும் இன்பமே நிலையானதும் கூட.

ஆயுள்கால குடும்ப வாழ்க்கைக்கு நிம்மதி வேண்டுமென்றால், எம்மாலான சேவைகளை மற்றவர்களுக்கு செய்வதன் மூலமே அதனைப் பெறமுடியும். எமது வசதிக்கேற்றவகையில் எமக்கு வரும் வருமானத்தின் ஒரு பகுதியையேனும் முதியோர் இல்லங்கள், சிறுவர் பராமரிப்பகங்கள் என்பவற்றிற்காக செலவிட வேண்டும். ஒருவருக்கேனும் வாழ உதவிசெய்ய வேண்டும். அதுவே காலகாலமாக எம்மையும் எம் வருங்கால சந்ததியையும் இன்னல்களின்றி வாழவைக்கும் என்பதை மனதில் கொள்ள வேண்டும்.

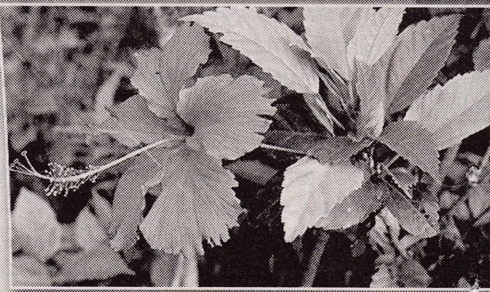
அதனால் குழந்தைக்கு தாயாகி இன்பத்தினை நுகர்வதுடன் நின்றுவிடாது கருவுடன் கருணையுற்று இறைநிலையை அடைவோம் என இந்த அன்னையர் தினத்தில் அன்னையர் அனைவரும் திடசங்கற்பம் பூணுவோமாக.

ஆர். ஜனதன்
மட்டுவில்



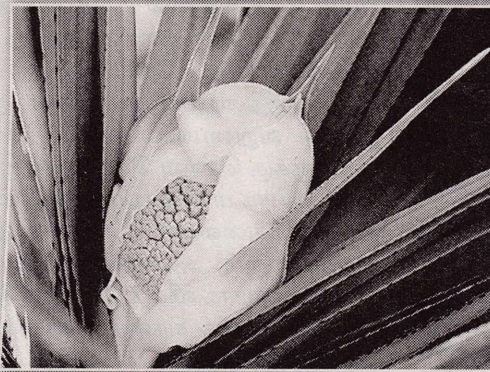
பூக்களில் மருத்துவம்

பூக்கள் அழகானவை, இரசனைக் குரியவை. ஆனால் அவற்றில் பலமருத்துவ குணங்களும் உண்டு என்பதை எம்மில் எத்தனை பேர் அறிந்துள்ளோம். எமது உடல் ஆரோக்கியம் மற்றும் அழகுக்காக செயற்கையாய் நாம் தேடும் அனைத்தும் எமக்கு கேடு தருவதாகவே அமையும். இயற்கையை நேசித்து இயற்கையை பெருக்கி இயற்கையோடு இணைவோம். பக்கவிளைவற்ற பலன்களைப் பெறுவோம்.



ஆவாரம் பூ : ஆவாரம்பூவைக் குடிநீரில் போட்டுக் குடித்து வந்தால் நீரிழிவு உப்பு படிதல், நீர் வேட்கை எடுத்தல் போன்றவற்றில் இருந்து குணம் கிடைக்கும். சர்க்கரை வியாதி குணமாகும். அதன் பொடியை உடலில் தேய்த்து குளித்தால் தோல் வியாதிகள் குணமாகும்

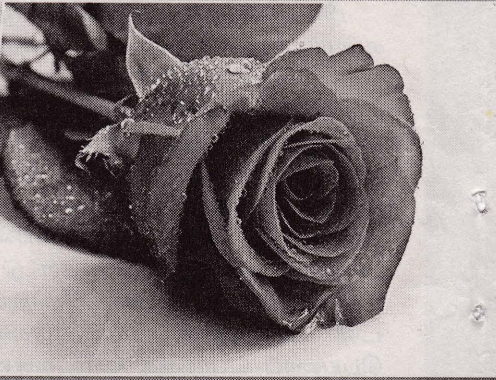
செம்பருத்திப்பூ : செம்பருத்திப்பூவை அப்படியே சாப்பிட்டால் ரத்தம் சுத்தி அடைவதுடன் விருத்தியும் அடையும். இதயமும் வலிமை அடையும். இப்பூவைக் கொண்டு காய்ச்சிய எண்ணெய் கூந்தல் வளர்ச்சிக்கு உதவுவதுடன் குளிர்ச்சியும் தரும்.



அன்னாசிப்பூ: அன்னாசிப்பூவைத் தூளாக்கி அரை கிராம் முதல் ஒரு கிராம் வீதம் ஒரு நாளைக்கு மூன்று முறை உட்கொண்டால் பசி உண்டாகும்.

ரோஜாப் பூ : வாய்ப்புண்ணுக்கு நல்லது. அவ்வப் பொழுது மென்று சாப்பிடுங்க. பாலில் கலந்து குடித்தால் ரத்த விருத்தி உண்டாகும். கபம் கரையும்.

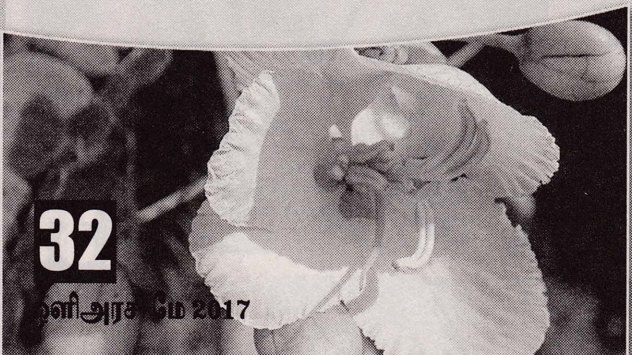
தாழம்பூ : தாழம் பூவில் சர்பத் செய்து 1 மாதத்திற்கு 2 முறை குடிக்க அம்மை நோய் அண்டாது. இதய நோய்கள் நெருங்காது.

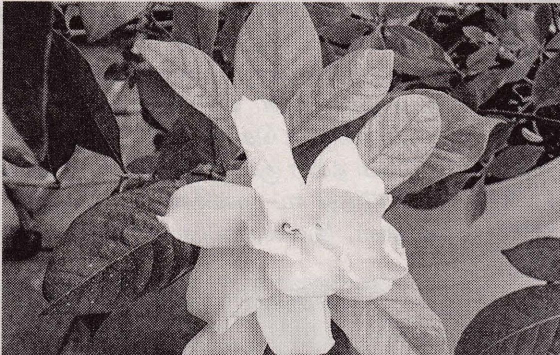


ஒற்றை நந்தியாவட்டை: இது கண்ணுக்கு குளிர்ச்சி தரும். இரவு தூங்கும் போது கண்ணில் வைத்து தூங்கினால் கண் எரிச்சல் இருக்காது. கண் பாதிப்புகள் நீங்கும்.

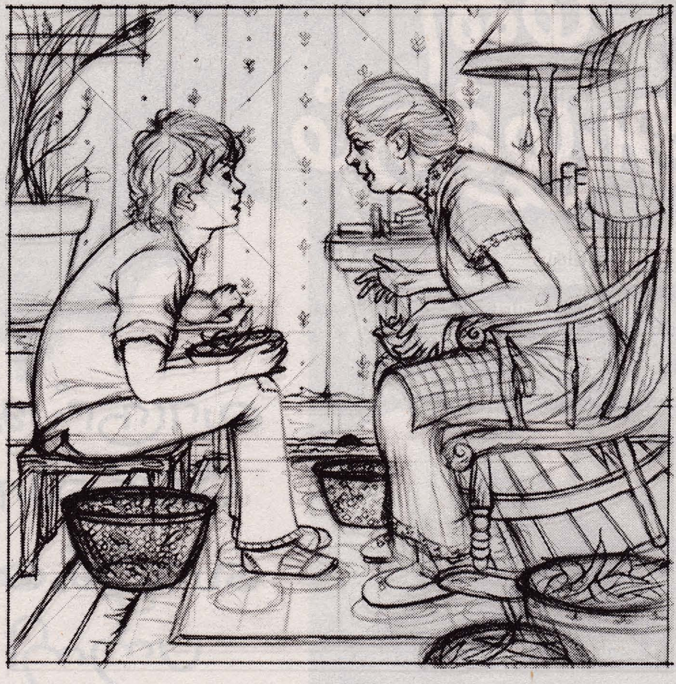
தாமரை இதழ்: தினம் ஒரு தாமரை இதழ் சாப்பிட்டால் பேசும் திறன் அதிகரிக்கும்.

எக்ஸோறா பூ: சிறு குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் கொப்புளங்கள், அவிச்சல் என்பவற்றிற்கு சிறந்த மருந்து. இப்பூவை கொதிநீரில் போட்டு அவித்து அந்த நீரை ஆறவைத்து தினமும் அந்நீரில் குளிக்கவைத்தால் குழந்தைகளை தோல் நோய்கள் அண்டாது.





வாழ்க்கைப் பாடம்



ஒரு நாள் தனது பாட்டியை ஒரு உயர் தர ரெஸ்ட்டோரண்டுக்கு அழைத்துச் சென்றான் பேரன் . அவனது பாட்டியோ வயது முதிர்ந்தும் கொஞ்சம் இயலாமலும் இருந்தார்.

அவர் பலவீனமாக இருந்ததால் சாப்பிட்டுக்கொண்டிருக்கும் போது சோற்றுப் பருக்கைகளும் உணவுத்துண்டுகளும் அவரது ஆடையிலும் தரையிலும் விழுந்து கொண்டிருந்தது. பக்கத்திலிருந்து சாப்பிடுவோர் இதைப்பார்த்து தங்கள் முகத்தைச் சுழித்து, கோணல்மாணல் ஆக்கி அவனைப்பார்த்து முறைத்துக்கொண்டு இருந்தனர்.

ஆனால் பேரனோ மிகவும் அமைதியாக தன்பாட்டி சாப்பிடுவதையே பார்த்துக்கொண்டிருந்தான். இருவரும் சாப்பிட்டு முடித்ததும் அவன் எந்தத் தயக்கமும் இல்லாமல் தனது பாட்டியை ஓய்வு அறைக்கு அழைத்துச் சென்று அவரது முகத்திலும் ஆடையிலும் ஒட்டி இருந்த உணவுப்பருக்கைகளை துடைத்துக் கழுவி, அவரது தலையை வாரி அவரது கண்ணாடியையும் துடைத்து மாட்டினான்.

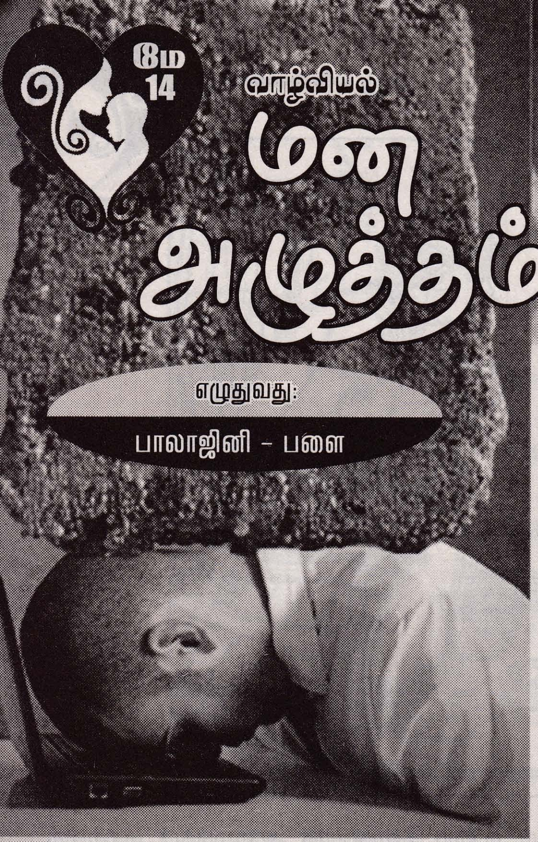
இருவரும் ஓய்வு அறையில் இருந்து வெளியில் வர ரெஸ்ட்டோரண்ட் மிக அமைதியானது. பேரன் கவுண்டருக்குச் சென்று பில்லிற்கு பணம் செலுத்திவிட்டு தனது பாட்டியை கவனமாக அழைத்துச் செல்லத் தயாரானான். அப்போது அங்கு சாப்பிட்டுக்கொண்டிருந்தவர்களில் ஒருவர் எழுந்து தம்பி எதையாவது விட்டுவிட்டுச் செல்கிறீர்களா என்று கேட்டார்.

அவனோ இல்லையே, நான் எதையும் மிஸ்பண்ணவில்லை என்றான். அந்த மனிதர், இல்லை இல்லை, நீங்கள் இங்கு சிலதை விட்டுவிட்டுச் செல்கிறீர்கள், என்றதும் வியப்பாய் பார்த்த அவனிடம் இளையோருக்கு ஒரு பாடத்தை விட்டுவிட்டுச் செல்கிறீர்கள். அத்தோடு எல்லாப் பெற்றோருக்கும் மிகப்பெரும் நம்பிக்கையை விட்டுவிட்டுச் செல்கிறீர்கள் என்றதும் அந்த ரெஸ்ட்டோரண்டே மிக அமைதியானது.

வாழ்க்கையில் உயர்ந்த செயல் என்னவென்றால், எம்மை கவனமாகப் பார்த்துக்கொண்ட வயது முதிர்ந்தோரை நாமும் கவனமாகப் பார்த்துக்கொள்ளும் திறமைதான்.

எமது பெற்றோரும் முதியோரும் தங்களது வாழ்வின் நேரத்தை, பணத்தை, நிபந்தனையற்ற அன்பை எமக்காகத் தியாகம் செய்ததோடு எம்மை மிகுந்த மரியாதையோடு பார்த்துக்கொண்டார்கள். நீங்களும் அவர்கள் மேல் மிகுந்த மரியாதை கொண்டிருந்தால், வாழ்க்கை வளமாகவும் நலமாகவும் மாறும்.

தமிழரசி கிளிநொச்சி



8மே 14

வாழ்வியல்

மன அழுத்தம்

எழுதுவது:

பாலாஜினி - பளை

வாருங்கள் பேசலாம் வாழ்க்கை பற்றி!

அத்தியாயம் 5

'வாருங்கள் பேசலாம் வாழ்க்கை பற்றி' எனும் தொடரின் ஊடாக மீண்டும் உங்களைச் சந்திப்பதில் பெருமகிழ்ச்சி அடைகின்றேன். இந்தத் தொடரில் உங்களுடன் 'தற்கொலை' என்ற எண்ணக்கருவைப் பற்றி அளவலாம் என நினைக்கின்றேன்.

இன்றைய காலப்பகுதியில் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கும் மனிதர்கள் யாவருமே ஏதோ ஒரு வகையில் மனஅழுத்தத்துடன் தான் அன்றாடச் செயற்பாடுகளை முன்னெடுத்துவருகின்றார்கள். பணம், காதல், உறவு, கல்வி, தொழில் என ஒவ்வொருவருக்கும் ஏதோ ஒரு விடயத்தால் இந்த மனஅழுத்தம் ஏற்படுகின்றது.

சரி. இந்த மனஅழுத்தம் எவ்வாறு ஏற்படுகின்றது என்பதை எப்போதாவது சிந்தித்து இருக்கின்றீர்களா? குறிப்பிட்ட ஒரு விடயத்தில் எமது மனதுக்குப் பிடிக்காத - ஒத்துழைப்பு நல்காத மாற்றமொன்று நடக்கின்ற போது நாம் அதைப் பற்றியே தொடர்ச்சியாக சிந்திக்கின்றோம். எமது மனது அது தொடர்பான விளைவுகளை எண்ணிப் பார்க்கும். இவ்வாறு தொடர்ச்சியாக ஒரே விடயத்தை நினைக்கின்றபோதுதான் அது மன அழுத்தமாக உருவெடுக்கின்றது.

இந்த மனஅழுத்தம் முதிர்வடைகின்ற போதுதான் 'தற்கொலை' என்ற முடிவுக்கு நாம் தள்ளப்படுகின்றோம். எனவே, இந்தத் தற்கொலை என்ற முடிவானது திடீரென ஏற்படுகின்ற ஓர் உருவாக்கம் அல்ல என்பதை நாம் முதலில் புரிந்துகொள்ளவேண்டும். நீண்டகாலமாக ஏற்படுகின்ற மன அழுத்தத்தின் பிரதிபலிப்பே அது.

இன்றைய காலப்பகுதியில் மாணவர்களில் இருந்து முதியவர்கள் வரை இந்தத் தற்கொலை முயற்சியில் ஈடுபடுகின்றனர். மரணம் என்து நம் எல்லோருக்கும் ஏற்படுகின்ற அல்லது ஏற்படப்போகின்ற ஒரு விடயம்தான். ஆனால், அந்த மரணம் எம்மை அழைப்பதற்கு முன்னரேயே நாம் அதனைத் தேடிச் சென்று இவ்வாறான செயற்பாடுகளில் ஈடுபடுவதுதான் வருத்தத்துக்கு உரிய விடயமாக உள்ளது.

இதில் முக்கியமாக குறிப்பிடப்படவேண்டியதும் - கவனிக்கப்படவேண்டியதும் யாதெனில், இளைஞர்கள் மற்றும் கல்விசார் மாணவர்களின் இவ்வாறான செயற்பாடுகள் தான். கல்வி கற்கவேண்டிய வயதிலும், வாழ வேண்டிய வயதிலும் இவர்கள் தங்களுக்குப்

பொருத்தமில்லாத பல செயற்பாடுகளில் ஈடுபட்டு ஆபத்தான முடிவை தேடிக்கொள்கின்றார்கள். இவர்களின் இப்படியான செயற்பாட்டுக்குக் காரணமாகச் சொல்லப்படுவது பெரும்பாலும் காதல் தோல்வி பற்றித்தான்.

கல்வி கற்கவேண்டிய வயதில் கல்வியை மட்டுமே காதலிக்கவேண்டும் என்று சொல்வார்கள். ஆனால், இன்றைய காலப் பகுதியில் தொடர் நாடகங்கள், சினிமாப் படங்கள் முதலியவற்றின் ஆதிக்கம் காரணமாக மாணவர்கள் காதலிக்கக் கற்றுக் கொண்டுவிட்டனர். அவர்களது வயதுக்கும், செயற்பாட்டுக்கும் பொருத்தமற்ற வகையில் மேற்கொள்ளப்படும் இவ்விடயத்தால் வாழ்கின்ற வயதில் இவர்கள்தம் வாழ்க்கையை முடித்துக்கொள்கின்றார்கள்.

ஆனால், காதல் மட்டும்தானா தற்கொலை முடிவுகளுக்குக் காரணம் எனச் சிந்தித்தால் நிச்சயமாக இல்லை என்றுதான் சொல்லவேண்டி உள்ளது. காதலையும் தாண்டி குடும்ப விவகாரம், தொழில் நிலை, கல்வி நிலை என்பனவற்றுக்காகவும் இத் தற்கொலை முடிவுகள் எடுக்கப்படுகின்றன. எனவே, நாம் எதிர்பார்த்திருந்த அல்லது எதிர்பார்ப்புடன் இருந்த ஒரு விடயம் நடக்காது ஏமாற்றத்தை தருகின்றபோது இவ்வாறான தற்கொலை எண்ணமானது தோன்றுகின்றது என்று முடிவெடுத்துக்கொள்ளலாம்.

எனவே, இந்தத் தற்கொலை என்ற எண்ணக்கருவிலிருந்து விடுபடுவதற்கான சில வழிமுறைகளைப் பற்றி நோக்குவோம்.

1) நம்பிக்கையான ஒருவரிடம் விடயத்தைத் தெரியப்படுத்தல்

உங்களுக்கு ஏற்பட்டிருக்கின்ற குறிப்பிட்ட பிரச்சினை தொடர்பான விடயத்தை உங்களுக்கு நம்பிக்கை உள்ள ஒருவரிடம் தெரிவியுங்கள். அது உங்களின் நண்பன் - நண்பி - ஆசிரியர் - பெற்றோர் என எவராவது ஒருவரிடம் தெரியப்படுத்தலாம். ஆனால், அவர் உங்களில் இரகசியங்களைப் பாதுகாக்கக்கூடிய ஒருவராக இருக்கும்படி பார்த்துக்கொள்ளுங்கள். இவ்வாறு உங்களின் நம்பிக்கைக்குரிய ஒருவரிடம் பிரச்சினையை பகிர்ந்துகொண்டீர்களேயானால் அவருடைய துணையானது நீங்கள் தவறான முடிவு எடுப்பதிலிருந்து உங்களைப் பாதுகாக்கும்.

2) மனதை சமாதானப்படுத்திக்கொள்ளல்

தோல்வி - ஏமாற்றம் ஏற்பட்டுவிட்டால் உடனடியாகத் துவண்டு விடக் கூடாது. தோல்வி என்பது உண்மையில் தோல்வியே அல்ல. அது வெற்றியின் முதல்படி என நீங்கள் எண்ணிக்கொள்ளல் வேண்டும். இந்த உலகில் யாருக்குத்தான் அவர்கள் நினைத்த எல்லா விடயமும் கிடைத்திருக்கின்றது அல்லது நடந்திருக்கின்றது. எனவே, கிடைத்ததைக் கொண்டு சந்தோஷப்படக் கற்றுக்கொள்ளவேண்டும். அவ்வாறு வாழ்ந்தவர்கள்தான் வரலாற்றில் சாதித்திருக்கின்றார்கள்.

வாழ்வில் ஏற்படுகின்ற துன்பங்களை சவாலாக எதிர்கொள்வதே சிறந்தது. துன்பம் என்ற மனநிலையிலேயே தொடர்ச்சியாக இருந்தீர்களேயானால் அது நிச்சயமாக தற்கொலை எண்ணத்துக்கு உங்களைத் தள்ளிவிடும். எனவே, துன்பக்கூட்டிலிருந்து துடித்தெழுந்து வெளியே வாருங்கள். நடந்தவை எல்லாம் நடந்துமுடிந்தவைகளாகவே இருக்கட்டும். நடப்பவைகள் நல்லவைகளாக இருக்கட்டும் என நினைத்துக்கொண்டு வாழக் கற்றுக்கொள்ளுங்கள். இப்படியாக உங்கள் மனதை சமாதானப்படுத்தினால் ஆபத்தான நிலையிலிருந்து தப்பிக்கொள்ளலாம்.

3) வேறு விடயங்களில் மனதைச் செலுத்துதல்

இப்படியான எண்ணம் உடையவர்கள் - அதாவது, தற்கொலை எண்ணம் கொண்டவர்கள் மனதுக்குப் பிடித்தமான வேறு விடயங்களில் மனதைச் செலுத்துதல் வேண்டும். பாடலை இரசிக்கலாம். இயற்கையை இரசிக்கலாம். ஏதேனும் விளையாட்டுகளில் ஈடுபடலாம். இப்படியான விடயங்களில் மனதைச் செலுத்தும்போது ஏற்பட்டிருக்கின்ற துன்ப நிலையிலிருந்து விடுபட்டுக்கொள்ளலாம். அல்லது கலகலப்பாகப் பேசிச் சிரிப்பவர்களுடன் நட்புக்கொள்ளலாம். சிலர் எப்போதும் துன்பத்தை மறந்து சிரித்துக்கொண்டே இருப்பார்கள். அவர்கள் தாமும் சந்தோஷமாக இருந்து மற்றவர்களையும் சந்தோஷமாக வைத்திருப்பார்கள்.

மன அழுத்தம்

இவர்களுடன் நட்புகொண்டால் நீங்கள் துன்பத்தை மறந்து மனஅமைதியுடன் வாழலாம். எனவே, துன்பத்தை மறந்து இலகுவான மனதுடன் அமைதியாக வாழப் பழகிக்கொள்ளுங்கள்.

4) உளவள ஆலோசகர்களிடம் உதவி பெறல்

தற்கொலை எண்ணத்துடன் இருப்பவர்கள் அல்லது துன்பமான மனநிலையில் இருந்துகொண்டு மனஅழுத்தத்துக்கு உள்ளாகிக்கொண்டிருப்பவர்களுக்கு உதவி செய்யும் முகமாக இன்று உளவள ஆலோசகர்களின் பங்களிப்பு உலகளாவிய ரீதியில் வழங்கப்பட்டுவருகின்றது. தற்கொலை மற்றும் விரக்தி மனநிலையில் உள்ளவர்கள் இவ்வாறான மனநிலையிலிருந்து விடுபடுவதற்கான வாய்ப்பு இவர்களினால் வழங்கப்படுகின்றது. அவர்கள் உங்களின் இரகசியங்களைப் பாதுகாத்துக் கொள்வார்கள். உங்களைத் துன்ப மனநிலையிலிருந்து மாற்றி புதியதொரு வாழ்வை உருவாக்கித் தருவார்கள்.

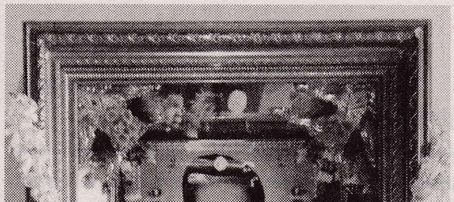
எனவே, இப்படியான எத்தனையோ பல வழிகள் நீங்கள் தற்கொலை எண்ணத்திலிருந்து விடுபடுவதற்காக ஏற்படுத்தப்பட்டுள்ளன. தற்கொலை என்கின்ற கண நேரத்தில் ஏற்படுகின்ற அந்த மனநிலையைப் பெரிதுபடுத்திக்கொள்ளாதீர்கள். உங்கள் பிரச்சினைகளை மட்டுமே பெரிது என எண்ணாது உங்களை விடவும் பாரிய பிரச்சினைகளுடன் மற்றவர்கள் வாழ்கின்றார்கள் என்பதை முதலில் புரிந்துகொள்ளுங்கள். உங்களைப் படைத்துவிட்ட இந்தப் பிரபஞ்சம் உங்களுக்காக எதையோ எதிர்பார்க்கின்றது என்பதை விளங்கிக்கொள்ளுங்கள். எனவே, இந்தப் பிரபஞ்சத்துக்காக நீங்கள் சாதிக்கவேண்டியவற்றை தயார்படுத்துங்கள். தோல்விகளைப் புறந்தள்ளுங்கள். துடிப்புடன் முன்னேறுங்கள்.

**''உளி தாங்கும் கற்கள்தானே மண் மீது சிலையாகும்
வலி தாங்கும் உள்ளம்தானே நிலையான சுகம் காணும்''**

அரசியின் உதவிக்கரம் :-

உதவி (5)

கல்விக்கும் அறிவியலுக்கும் கரம் கொடுப்போம்



அமரர். சின்னத்தம்பி சுந்தரலிங்கம்,
பொன்னாலை

15000/=

யாழ்/பொன்னாலையைச் சேர்ந்த சின்னத்தம்பி சுந்தரலிங்கம் அவர்களின் ஓராண்டு நினைவு நாளை முன்னிட்டு அவரது புதல்வர்களான றமேஷ், பிரகாஷ்,விபீஷ் ஆகியோர் சுவிஸ் செங்காளன்''தமிழ்த் தாய் நல்வாழ்வு மையம்'' ஊடாக ''ஒளி அரசி சஞ்சிகை''யின் உதவி வழங்கும் திட்டத்தின் கீழ் தெரிவான மாணவர்களான அச்சுவேலி மத்திய கல்லூரி மாணவன் சிவநேசன் தேனுஜன் (7500) மற்றும் யா / நெல்லியடி மெதடிஸ்ற் மிசன் ஆரம்ப பாடசாலையில் தரம் 5 இல் கல்வி கற்கும் மாணவியான கீதாபென்கலன் காவ்யா (7500) ஆகியோரின் கல்விச்செலவிற்கான நிதியுதவியாக ரூபா 15000/= (பதினையாயிரம்) வழங்கியுள்ளனர். இவர்களை ஒளி அரசியின் சார்பில் வாழ்த்தி முன்மாதிரி செயற்பாட்டை பாராட்டுவதுடன் இவர்களின் தந்தையாரின் ஆத்ம சாந்திக்காக நாமும் பிரார்த்திக்கின்றோம்.

செங்காளன் தமிழ்தாய் நல்வாழ்வு மைய இணைப்பாளர் திலக்கிற்கு ஒளிஅரசியின் சார்பில் எமது நன்றிகள்

தொடர்புகளுக்கு : E-mail : oliarazi33@gmail.com, 0114320695 - 0714 273035

தேசிய ரீதியான திருத்தற் சேவையுடன் தரம் -05 மாணவர்களின் (2017) பரீட்சைப் பெறுபேற்று அடைவினை அறிந்துகொள்வதற்கு ஒளிஅரசி நடத்தும் தனித்துவப் பரீட்சை செயற்றிட்டம்

சிங்கள மொழிபெயர்ப்பு வினாத்தாள்

கொழும்பிலிருந்து வெளிவரும் மவ்பிம சிங்கள பத்திரிகையில் 21.03.2017 அன்று வெளிவந்த வினாத் தாள் தமிழ் மொழியில் மொழிபெயர்க்கப்பட்டு எமது ஆசிரியர் குழுவால் மேற்பார்வை செய்யப்பட்டு இங்கு வெளியிடப்படுகின்றது.

இவ் வினாத்தாளை நேரம் கணித்து சுயமாக எழுதச் செய்து 85, ஐயந்த மால்லிமராச்சி மாவத்தை, கொழும்பு - 14 என்ற முகவரிக்கு அனுப்பினால் எமது பரீட்சைக் குழுவினரால் அவ் வினாத்தாள் திருத்தப் பட்டு புள்ளியிடப்பட்டு மீண்டும் உங்கள் முகவரிக்கு தபாலிடப்படும். (முகவரி எழுதப்பட்டு முத்திரை ஒட்டப்பட்ட மேலதிக கடித உறை ஒன்றையும் சேர்த்து அனுப்புதல் வேண்டும்)

(உயர் ஆற்றல் கொண்ட தரம் 4 மாணவர்களும் பங்கு பற்றலாம்.)

நன்றி: தமிழ் மொழிபெயர்ப்பு :
திருமதி. எஸ். தவபாலன்
(அச்சுவேலி, யாழ்ப்பாணம்)

ஒளிஅரசி பரீட்சைத் தொடர் - 10(மே)-2017

மாணவர்களை பாடசாலைக்கு தேர்ந்தெடுப்பதற்கும் மாணவர்களுக்கு
உதவிப்பணம் வழங்குவதற்கும் தரம் 5 மாணவர்களுக்கு
நடத்தப்படும் மாதிரிப் பரீட்சை - 2017

தரம் 5

வினாத்தாள் - I , II **ஆசிரியர் - உதயந்தி அமரதுங்க** (கொழும்பு)

முழுப்பெயர்: - ....

பாடசாலை: - ....

தொ.பே. இல. .... பிறந்த திகதி. ....

வினாத்தாள் -I புள்ளிப் பதிவு

வினாத்தாள் -II புள்ளிப் பதிவு

மொத்தப்புள்ளிகள்

புள்ளியிடல் திட்டம்

ஏப்ரல் மாதப் பரீட்சை -09 க்கான புள்ளியிடல் திட்டமும், உயர் புள்ளிகளைப் பெற்று பாராட்டுப்பெறும் மாணவர் விபரங்களும் போட்டிப் பரீட்சை வழிகாட்டியில் வெளிவந்துள்ளது.

முக்கிய குறிப்பு

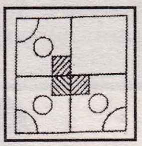
பென்சிலால் எழுதும் வினாத்தாள்கள் ஏற்றுக்கொள்ளப்படமாட்டாது.

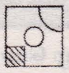
தரம் 5 பரீட்சைத் தொடர் - திருத்தற் சேவையுடன்

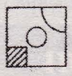
தரம் 5 சிங்கள மொழிபெயர்ப்பு மாதிரி வினாத்தாள்

வினாத்தாள் I **2017** நேரம் : 45 நிமிடங்கள்

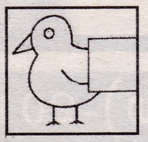
★ 1,2 ஆம் வினாக்களிற்கு முதலவதாக தரப்பட்டுள்ள படத்தில் காணப்படும் உருவத்தை பூரணப்படுத்துவதானால், பொருத்தமான பகுதியைத் தெரிவு செய்து கோடிடுக.

01) 

(1) 

(2) 

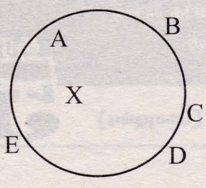
(3)

02) 

(1)

(2)

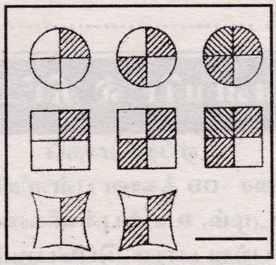
(3)

03) 

கீழ்த்தரப்பட்டுள்ள படத்தில் A, B, C, D, E மற்றும் என 5 இடங்கள் காணப்படுகின்றன. X எனும் இடத்தில் ஒரு பிள்ளை நிற்கின்றார். அவர் அந்த இடத்தில் தனது பயணத்தை ஆரம்பித்து வட்டமாக ஓடி மீண்டும் ஆரம்ப இடத்திற்கு வருவதற்கு மிகத் தூரமான பாதையைத் தெரிவு செய்ய வேண்டுமாயின், அவர் தெரிவு செய்யும் பாதை எந்த இடத்தின் ஊடாக ஆகும்.

1. XB, BC, CD, DX 2. XC, CD, DE, EX 3. XB, BA, AE, EX

04) இடைவெளிக்கு மிகவும் பொருத்தமான உருவத்தை தெரிவுசெய்து அதன் கீழ்க் கோடிடுக.



(1)

(2)

(3)

05) கீழே தரப்பட்டுள்ள வாக்கியங்களில் பிழையின்றி எழுதப்பட்டுள்ள வாக்கியம் எது?

1. நாய் சோறு சாப்பிடுகின்றேன். 2. நாய் சோறு சாப்பிடுகின்றார்.
3. நாய் சோறு சாப்பிடுகின்றது.

06)

16	A	B	5
4			2
9	16		1
1	3	4	8

கீழ்த்தரப்பட்டுள்ள எண் கோலத்தில், A மற்றும், B இடங்களில் வரவேண்டிய எண் ஒழுங்கிற்குப் பொருத்தமான விடை பின்வருவனவற்றுள் எது?

1. 3, 5
2. 7, 3
3. 5, 4

பக்கபுள்ளித்தொகை

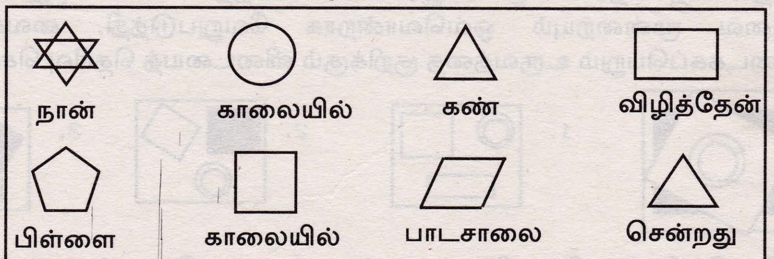
பெயர் - ....

07) எண்கோலங்களின் பிரகாரம், இடைவெளியில் வரவேண்டிய எண்ணைத் தெரிவு செய்து கோடிடுக.

345, 456, 567, ..., 784

1. 678 2. 767 3. 768

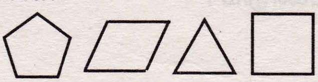
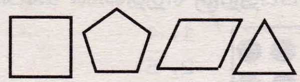
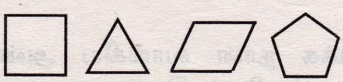
★ **கீழ்த்தரப்பட்டுள்ள அடைப்புக்குள் குறிக்கப்பட்டுள்ள குறியீடுகளின் மூலமாக வினா 08 மற்றும் 09 களின் விடைகளைக் காண்க.**
இந்த குறியீடுகள் ஒழுங்கான முறையில் தரப்படவில்லை.



08) ''காலையில்'' என்னும் சொல்லைக் குறிக்கும் குறியீடு பின்வருவற்றுள் எது?

1. 2. 3.

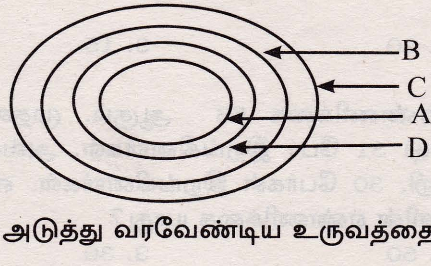
09) ''பிள்ளை காலையில்'' பாடசாலைக்குச் சென்றது. என்னும் வாக்கியத்தினைக் குறிக்கும் குறியீடுகள் ஒழுங்காக அமையப்பெற்ற விடையினைத் தெரிவு செய்க.

1. 
2. 
3. 

10) ஒற்றை மற்றும் இரட்டை எண்கள் இரண்டைக் கூட்டும்போது வரும் எண்,

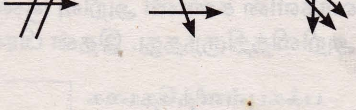
1. ஒற்றை இலக்கம் ஆகும் 2. இரட்டை இலக்கம் ஆகும்
3. ஒற்றை அல்லது இரட்டை எண்ணாக இருக்கும்.

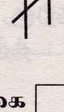
11) உலகம், ஆசியா, தென்ஆசியா, இலங்கை என்ற தொடர்பைக் குறித்து நிற்கும் எழுத்துக்களை ஒழுங்கு முறையில் குறிக்கும் விடை யாது?



1. C, D, B, A
2. C, B, D, A
3. A, D, B, C

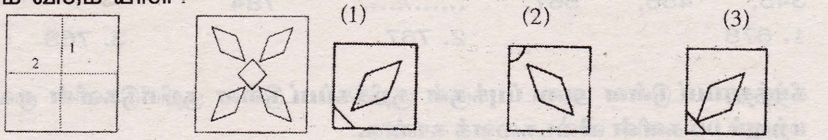
12) அடுத்து வரவேண்டிய உருவத்தைத் தெரிவு செய்து அதன் கீழ் கோடிடுக.



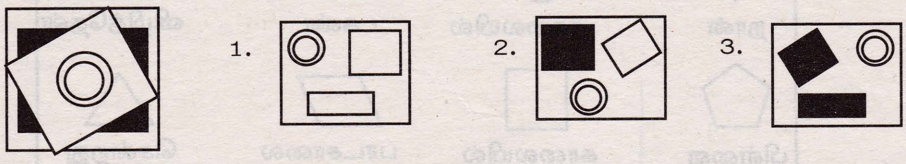
1. 2. 3. 

பக்கபுள்ளித்தொகை

13) உருவத்தில் தரப்பட்டுள்ள அலங்கார அமைப்பைப் பெறுவதற்காக, இருமுறை மடிக்கப்பட்ட சமச்சதுரமான ஓர் கடதாசியில் துளையிடவேண்டிய முறையைக் குறிக்கும் விதம் யாது?



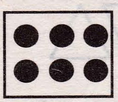
14) முதலாவதாக தரப்பட்டுள்ள பூரணமான படத்தில் உள்ள பகுதிகள் மூன்றாகும். அவை மூன்றையும் ஒவ்வொன்றாக வேறுபடுத்தி, வைக்கும் போது, கிடைக்கப்பெறும் உருவத்தை குறிக்கும் விடையைத் தெரிவு செய்து கோடிடுக.



15) சதீஸ் நிற்கின்ற வரிசையில் அவனுக்கு முன்பாக 9 பேர் உள்ளனர். வரிசையிலுள்ள அனைவருமே மறுபக்கம் திரும்பி நிற்கும் போது சதீஸ் 12வது ஆளாக ஆவார், எனின் வரிசையில் நிற்கின்ற ஆட்களின் முழுத்தொகை எவ்வளவு?

1. 12   2. 22   3. 21

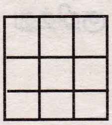
16) இந்தப்பெட்டியில் சிவப்பு மற்றும் மஞ்சள் கண்ணாடி மாபிள்கள் மூன்று மூன்றாக உள்ளன. இந்தப்பெட்டியிலிருந்து சிவப்பு மாபிள்கள் இரண்டை பிழையின்றி எடுப்பதற்கு எத்தனை மாபிள்கள் எடுக்க வேண்டும்?



1. 4
2. 5
3. 3

17) பிறந்த நாளிற்காக நண்பனுக்கு கொடுக்க நான் வாங்கிய அன்பளிப்புப் பொருளின் விலை ரூபா 7900.00 ஆகும். என்னிடம் இருந்தது ரூபா 3500.00 மிகுதிப்பணத்தை வேறு இரு நண்பர்களிடமிருந்து பெற்றுக்கொண்டால் அவ்வாறு பெற்றுக்கொண்ட தொகை பின்வருவனவற்றுள் எது?

1. ரூபா 2000.00 மற்றும் 2400.00   2. ரூபா 3000.00 மற்றும் 2400.00
3. ரூபா 3000.00 மற்றும் ரூபா 3500.00

18) 

கீழே உள்ள உருவத்திலுள்ள எல்லாச் சதுரங்களும், நீள அகலங்கள் சமனானவை எனின், இவ் உருவிலுள்ள சதுரங்களின் எண்ணிக்கை எத்தனை?

1. 14   2. 20   3. 15

19) பஸ்ஸிலே உள்ள பிரயாணிகளின் எண்ணிக்கை 58 ஆகும். முதலாவது பஸ் நிறுத்தத்தில் 30பேர் ஏறியதோடு 31 பேர் இறங்கினார்கள். அவ்வாறே இரண்டாவது நிறுத்தத்தில் 29பேர் ஏறி, 30 பேர்கள் இறங்கினார்கள். எனின், தற்போது பஸ்ஸில் உள்ள பிரயாணிகளின் எண்ணிக்கை யாது?

1. 56   2. 50   3. 30

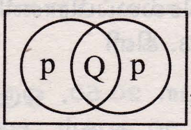
20) தெற்கு, மற்றும் மேல் மாகாணங்களில், மாணவர்களின் கணனி அறிவு குறைந்த மட்டத்தில் காணப்படுவதாக கல்வி அமைச்சு அறிவித்திருந்தது. இதன் பிரகாரம்

பக்கபுள்ளித்தொகை

பெயர் - ....

கணனி அறிவு குறைந்த மட்டத்திலுள்ள மாணவர்களைக்கொண்ட இரண்டு மாவட்டங்கள் பின்வருவனவற்றுள் எது ?

1. தங்கல்ல, பலாங்கொட 2. அம்பாறை, கொழும்பு
3. மாத்தறை, மகநுவேரகொட

21) 

மா, ரம்புட்டான் கத்தரி என்னும் இவற்றுள் மாவைக் குறிக்கும் ஆங்கில எழுத்தாவது,

1. R 2. Q 3. P

22) மயூமி, மிகிரி, மிகிகி, மயூரி என்போர் ஒரே வகுப்பில் படிக்கும் நான்கு நண்பர்களாவார். மிகிகி, மயூரியை விட உயரமானவர். ஆனால் மகிரியை விட குள்ளமானவர். மிகிரியை விட மயூமி உயரமானவர். இறங்கு வரிசை ஒழுங்கில் இவர்களை வரிசைப்படுத்தும்போது முதலாவது, மற்றும் நான்காவதாக உள்ளவர்கள் முறையே,

1. மயூமி, மயூரி 2. மயூரி, மிகிரி 3. மிகிரி, மயூரி

23) 20 இலிருந்து 29 வரையான எண்களை எழுதும்போது 2 என்னும் எண் எழுதவேண்டிய சந்தர்ப்பங்களின் எண்ணிக்கை யாது ?

1. 10 2. 4 3. 9

24) கிசான், தனக்கு பணம் கிடைக்கும் ஒவ்வொரு சந்தர்ப்பத்திலும் அதன் அரைவாசி மடங்கு பணம் கிடைத்ததாகவே மற்றவர்களிடம் கூறுவான். ஒரு நாள் அவனுக்கு தனது அக்காவிடமிருந்து ரூபா 15 உம், அம்மாவிடமிருந்து ரூபா 35.00 உம், தந்தையிடமிருந்து ரூபா 27.50 உம் கிடைத்ததாகக் கூறினான் எனின், அன்றைய தினம் அவனுக்கு கிடைத்த உண்மையான பணத்தொகை எவ்வளவு ?

1. ரூபா 77.50 2. ரூபா 155.00 3. ரூபா 150.00

25) சதுர அடைப்பிடப்பட்டுள்ள பாகத்திற்கு சமனான அள்வைக் குறித்துக் காட்டும் உருவைத் தெரிவு செய்து அதன் கீழ்க் கோடிடுக.

$\boxed{\frac{1}{2} + \frac{1}{4}} + \frac{1}{4} = 1$

1. 2. 3.

26) படத்தைப் பார்த்த சமரி இவ்வாறு கூறினாள். இந்தப்படத்திலுள்ள பெண்ணின் மகள் எனது அம்மா ஆகும். எனின் அந்தப்படத்திலுள்ள பெண்ணானவள்,

1. சமரியின் அத்தை 2. சமரியின் பெரியம்மா
3. சமரியின் அம்மம்மா

27) குமார், மோகன் ஆகியோரின் வயதுகளின் கூட்டுத்தொகை 40 வருடங்கள் ஆகும். மோகன் குமாரை விட 8 வருடங்கள் இளையவன் எனின், குமாரின் வயது யாது ?

1. 16 2. 24 3. 32

28) 8609 இவ் இலக்கங்களைக் கொண்டு ஆக்கக்கூடிய மிகப்பெரிய எண் யாது ?

1. 8960 2. 9860 3. 9806

29) X இற்கு முன்னும் பின்னும் வரும் உரோம எண் யாது ?

1. X, Xi 2. iX, Xi 3. XX, Xi

30) மாலை 4 மணியளவில் நான் வீட்டுக்குச் சென்று கொண்டிருந்த போது எனது நிழல் எனக்கு முன்னால் விழுந்தது எனின், நான் எந்தத் திசைநோக்கி சென்று கொண்டிருக்கிறேன்?
1. வடக்கு 2. தெற்கு 3. கிழக்கு

31) தாவரவுண்ணி - கதைப்பது போல் பாவனை செய்யும் - செல்லப்பிராணி
1. கோழி 2. குருவி 3. கிளி

32) ஒரு முட்டையினதும், ஒரு தேசிக்காயினதும் விலை ரூபா. 20.50, ஒரு தேசிக்காயினதும், இரண்டு முட்டைகளினதும் விலை ரூபா 34.50 ஆகும். அதன்படி முட்டை ஒன்றின் விலை யாது?
1. ரூபா 13.50 2. ரூபா 14.00 3. ரூபா 7.50

33) | 1 3 2 | இம் மூன்று எணங்களையும் உபயோகித்து ஒன்றுக்கொன்று வித்தியாசமான 3 எண்களை கொண்ட எத்தனை இலக்கங்களை எழுத முடியும்?
1. 4 2. 5 3. 6

34) மரக்கறிப் பாத்தி ஒன்றில் கத்தரி, மிளகாய், தக்காளி, வெண்டி என்ற ஒழுங்கில் செடிகள் நடப்பட்டிருந்தன. அவ்வாறான வரிசையில் 41 வது இடத்தில் இருக்க வேண்டிய செடி யாது?
1. கத்தரி 2. தக்காளி 3. வெண்டி

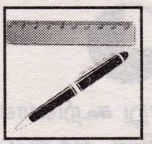
★ **இஜாஸ் 4m ஓடும் போது சமீர் 6m ஓடுவான். சறோஸ் 4m ஓடும்போது இஜாஸ் 2m ஓடுவான்.**

35) மிகக் கூடிய வேகத்தில் ஓடுபவர் யார்?
1. சறோஸ் 2. இஜாஸ் 3. சமீர்

36) மூன்றவதாக ஓடுபவர் யார்?
1. இஜாஸ் 2. சறோஸ் 3. சமீர்

★ **37, 38 ஆம் வினாக்களுக்கு பின்வரும் பொருட்கூட்ட விலைகளை அடிப்படையாகக் கொண்டு விடை தருக.**

ரூபா 53.00


ரூபா 20.00

ரூபா 57.00

37) பேனா ஒன்றின் விலை யாது?
1. ரூபா 8.00 2. ரூபா 12.00 3. ரூபா 14.00

38) அடிமட்டம் ஒன்றின் விலை யாது?
1. ரூபா 7.00 2. ரூபா 5.00 3. ரூபா 8.00

39) (13 : 45) இக்கடிகாரம் காட்டும் நேரத்தை சாதாரண முறையில் சரியாகக் காட்டும் விடையைத் தெரிவு செய்க.
1. பி.ப 1.45 2. மு.ப 1.45 3. 12. 45

40) ஜனவரி முதலாம் திகதி புதன் கிழமை எனின், 17 ஆம் திகதி என்ன கிழமையாகும்?
1. புதன் 2. வியாழன் 3. வெள்ளி

பக்கபுள்ளித்தொகை

தரம் 5 சிங்கள மொழிபெயர்ப்பு வினாத்தாள் - II 2017

நேரம் : 1 மணி 15 நிமிடங்கள்

(01) பின்வரும் பந்தியை வாசித்து அதன் கீழ் உள்ள வினாக்களுக்கு உரிய விடைகளைப் புள்ளிக்கோட்டில் எழுதுக.

எமது நாடு சுதந்திரம் அடைந்த ஆண்டில் இருந்து வருடா வருடம் சுதந்திர தின நிகழ்வுகள் இடம்பெற்று வருவது மரபு ரீதியான செயலாகும். அந்த நிகழ்விற்கு தலைமை தாங்கும் பொறுப்பு ஒரு நாட்டின் தலைவரையே சார்ந்ததாகும். அதன் அடிப்படையில் எமது நாடாகிய இலங்கை ஜனநாயக சோஷலிஸக் குடியரசின் ஜனாதிபதியாகிய அதிமேதகு மைத்திரிபால சிறிசேன அவர்கள் தலைமையில் இவ்வருட தேசிய தின நிகழ்வுகள் கொழும்பு நகரில் நடைபெற்றமை மிகச் சிறப்பான அம்சம் ஆகும்.

பல்லின மக்கள் கூடிவாழும் எமது கேகாலை மண்ணில் இந் நிகழ்வுகள் அனைத்தையும் ஜனாதிபதி அவர்கள் ஆரம்பித்து வைத்தார். முப்படைகளின் அணிவகுப்புகள், பொலிஸ் சிவில் பிரிவினரின் அணிவகுப்புக்கள் அனைத்து சமூகம் சார்ந்த பாடசாலை மாணவர்களின் கலாசார நிகழ்வுகளினதும் மரியாதையை ஏற்றுக்கொண்டதுடன் சிங்கள மொழியிலும் தமிழ் மொழியிலும் நாட்டு மக்களுக்கு உரையாற்றியதும் விசேட அம்சமாகும்.

01) சுதந்திர தின நிகழ்விற்கு தலைமை தாங்குபவர் யார்?

....

02) முப்படைகளும் எவை?

....

03) நாடு என்பதன் ஒத்தகருத்துச் சொல் யாது? ....

04) ஆரம்பித்தல் என்ற சொல்லின் எதிர்க்கருத்து சொல் யாது?

....

05) பந்தியில் சகோதர மொழி எனக் கூறப்பட்ட மொழி யாது?

....

06) சுதந்திர தின நிகழ்வு எந்த மாவட்டத்தில் இடம்பெற்றது?

....

07) எமது நாடு சுதந்திரம் அடைந்த ஆண்டு எது?

....

08) பந்தியிலுள்ள பெயர்ச்சொல் ஒன்று தருக. ....

பக்கப்புள்ளித்தொகை

(02) கீழ்வரும் வாக்கியங்கள் எடுத்துக் கூறும் கருத்துகளுக்கு பொருத்தமான பழமொழியை எழுதுக.

01) சிறுபிள்ளை இளம்பராயத்தில் அறியாது விடும் தவறுகளைப் பெற்றோர் அவ்வப்போது சுட்டிக்காட்டி திருத்துதல் வேண்டும். அவ்வாறு இல்லையேல் அப்பிள்ளைகள் பெரியவர்களானாலும் திருத்த இயலாது.

....

02) வீதியில் ஒரு மரம் சரிந்து கிடப்பதைக்கண்டான். அதனைத் தானே அகற்ற முயன்றான். அவனால் அது முடியவில்லை. வீதி வழியே வந்த சிலரை அழைத்து அவர்களின் உதவியுடன் அம் மரத்தை அகற்றினான்?

....

(03) சொற்களைப் பொருத்தமாக ஒழுங்குபடுத்தி கருத்துள்ள வாக்கியமாக்கி எழுதுக.

1. பக்கத்திலிருந்த / மரத்தின் / இருந்தனர் / நிழலில் / விவசாயிகள் / களத்து மேட்டின் / களைப்பாற

....

2. விளையாட்டு பொருள் / குருத்தோலையை / செய்யக்கூடிய / பயன்படுத்தி / உண்டு

....

(04) பெயராகவும், வினையாகவும் வரும் வாக்கியம் அமையுங்கள்.

ஆடு : ....

(05) பின்வரும் தொடர்களால் உணர்த்தும் கருத்தினை எழுதுக.

1. கண்திறத்தல் : ....

2. உச்சி குளிர்தல் : ....

(06) ஒவ்வொரு சொற்களுக்கும் பொருத்தமான ஆங்கிலச் சொல்லை (ஆங்கில எழுத்துக்களில்) எழுதுக.

1. அண்ணன் : .... 2. பறவைகள் : ....

3. காது : ....

(07) பின்வரும் தொடரின் கருத்தினை தமிழில் எழுதுக.

1. Come here : ....

2. This is a pen : ....

3. My name is Bala : ....

(08) பின்வரும் சிங்களச் சொற்களின் கருத்தை தமிழில் எழுதுக.

1. ஸ்(த்)துதிய : .... 2. மல் : ....

3. புஞ்சி பண்டா : ....

பக்கபுள்ளித்தொகை

பெயர் - ....

(09) சரியான விடையின் கீழ்க் கீறிடுக.

01) இரவு வேளையில் நடமாடாத பிராணி,

1. ஆட்காட்டிகுருவி 2. வெளவால் 3. கொசு 4. மின்மினிப்பூச்சி

02) ஒருவித்தை மாத்திரம் கொண்ட காய் எது?

1. பப்பாசி 2. மாதுளை 3. கொய்யா 4. விரலிக்காய்

03) பிரதான வீதியில் காணப்படும் ஒளிச்சமிக்ஞைகளில் மேலிருந்து கீழாக அமைந்துள்ள வர்ணங்கள்,

1. சிவப்பு, மஞ்சள், பச்சை 2. பச்சை, மஞ்சள், சிவப்பு
3. மஞ்சள், சிவப்பு, பச்சை 4. மஞ்சள், சிவப்பு, பச்சை

04) ஒருவர் தானே தன்னைப்பற்றிக் கூறும் வரலாறு,

1. மூதுரை 2. தற்புகழ்ச்சி 3. சரித்திரம் 4. சுயசரிதை

05) முன்னங்கால்களால் உணவைப்பற்றும் பிராணி,

1. தவளை 2. பாம்பு 3. அணில் 4. மாடு

06) ஒட்டுண்ணித்தாவரமாக அமைவது,

1. மா 2. கள்ளி 3. குருவிச்சை 4. தேக்கு

07) ''லீப் வருடம்'' எத்தனை ஆண்டுகளுக்கு ஒருமுறை வரும்,

1. மூன்று 2. ஐந்து 3. ஆறு 4. நான்கு

08) இவ்வருடம் டெங்கு நோயினால் அதிகளவில் பாதிக்கப்பட்ட மாகாணம் எது?

1. வடக்கு மகாணம் 2. கிழக்கு மாகாணம்
3. மேல் மாகாணம் 4. தென் மாகாணம்

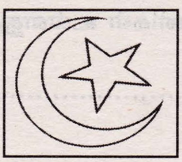
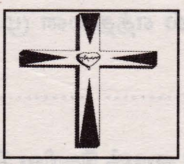
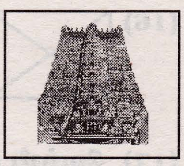
09) ''திசை அறி கருவி'' ஒன்றில் எப்பொழுதும் ''முள்'' காட்டும் திசை,

1. வடக்கு 2. கிழக்கு 3. தெற்கு 4. வடமேற்கு

10) விளையாட்டு விழா ஒன்றை ஆரம்பிக்கும் போது ஏற்றப்படும் தீப்பந்தத்தின் பெயர் யாது?

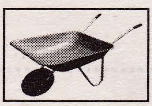
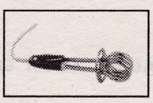
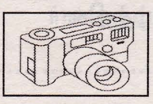
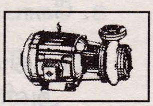
1. தேங்காய் எண்ணெய் விளக்கு 2. மா விளக்கு
3. ஒலிம்பிக் தீபம் 4. தேசிய பந்தம்

(10) பின்வரும் குறியீடுகள் எந்தச் சமயத்தை குறிக்கும் என எழுதுக.

1.  2.  3. 4. 

....

(11) பின்வரும் உருக்களின் பெயர்களை எழுதுக.

1.  02.  03.  04. 

....

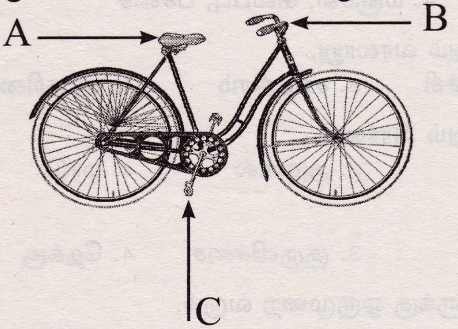
பக்கபுள்ளித்தொகை

(12) பின்வரும் குறியீடுகளை அவதானித்து அதன் கருத்தை எழுதுக.

1.
2.
3.
4.

....

(13) அருகில் காணப்படுவது துவிச்சக்கர வண்டி ஒன்று ஆகும். இதில் குறிக்கப்பட்டுள்ள பாகங்ளைப் பெயரிடுக.



A - ....

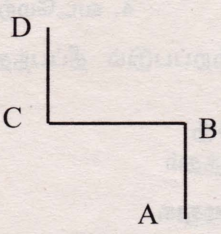
B - ....

C - ....

(14) 6 தட்டுக்களில் ஒவ்வொன்றிலும் 60 பூக்கள் வீதம் இருக்கின்றன. அவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் 80 பூக்கள் வீதம் 5 தட்டங்கள் தயாரிப்பதற்கு இன்னும் எத்தனை பூக்கள் தேவை.

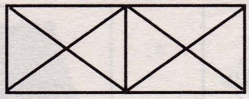
....

(15)



1. ரவி A இல் இருந்து D இற்கு செல்கிறான் அவனுக்கு D தெரிவது .... திசையிலாகும்.

2. ரவி C இல் இருந்து B ஐக் காண்பது .... திசையிலாகும்.

(16) 

இவ்வுருவில் எத்தனை முக்கோணிகள் உள்ளது ?

....

(17) வெற்றிடத்திற்குப் பொருத்தமான விடையைத் தெரிவு செய்க.

01) வெற்றியினால் .... அடைந்த இரசிகர்கள் ....

1. கவலை - கண்ணீர் விட்டனர் 2. மகிழ்ச்சி - கைதட்டினர்
3. கோபம் - வாழ்த்தினர்

02) நீதிபதி .... க்கு தண்டனை வழங்கி .... அளித்தார்.

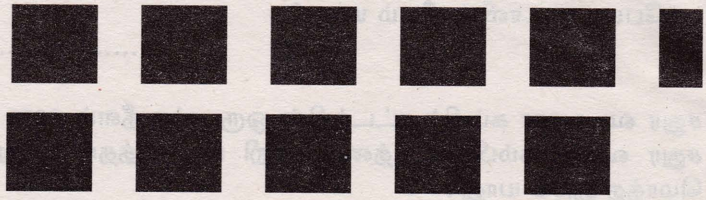
1. குற்றவாளி - தீர்ப்பு 2. சுத்தவாளி - வாழ்த்து 3. நிரபராதி - பரிசு

பக்கபுள்ளித்தொகை

18) **ஒரு பாசாலையின் திறப்பு விழாவிற்கு வருகை தந்தோர் எண்ணிக்கை வரைபில் காட்டப்பட்டுள்ளது.**

பெண்கள்

ஆண்கள்



1. ஆண்களின் தொகை 350 ஆயின் பெண்களின் தொகை யாது?

....

2. ஒரு சதுரம் எத்தனை பேரைக் குறிக்கின்றது?

....

3. திறப்பு விழாவிற்கு மொத்தமாக எத்தனை பேர் வந்தனர்?

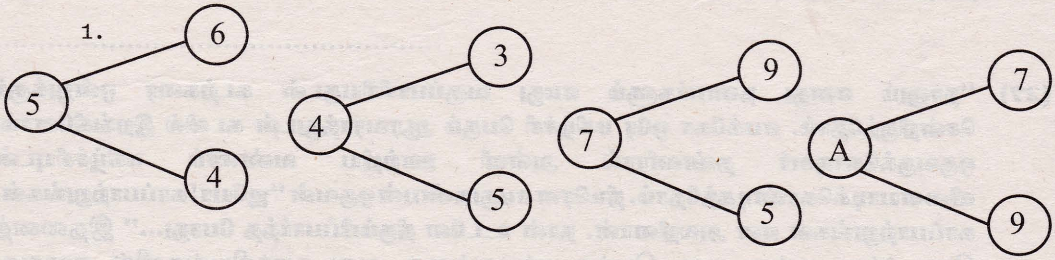
....

(19) 3 நாள் 10 மணித்தியாலத்தை மணித்தியாலத்தில் தருக.

....

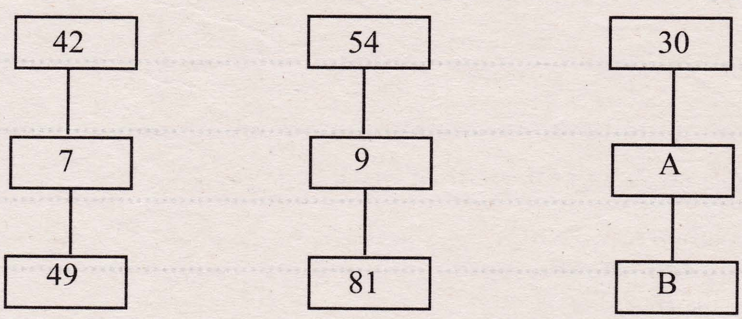
(20) எண்கோலத்தை பூர்த்தி செய்க.

1.



A = ...

2.



A = ... B = ...

(21) 1 லீற்றர் தண்ணீரால் 2 பாத்திரங்களை நிரப்ப முடியும் 15 பாத்திரங்கள் நிரப்ப எவ்வளவு தண்ணீர் தேவை

.... L

பக்கபுள்ளித்தொகை

(22) ஒரு மீற்றர் நாடாவில் 10cm சேதமடைந்ததால் அது வெட்டி அகற்றப்பட்டு பின்பு எஞ்சிய இரு துண்டுகளும் 3cm ஒன்றின் மீது ஒன்றாக வைத்து ஒட்டப்பட்டது. தற்போது நாடாவின் நீளம் யாது?

....

(23) சதுர வடிவான கம்பிச் சட்டத்தின் ஒரு பக்க நீளம் 6cm ஆகும். எறும்பொன்று சதுர வடிவ கம்பிச்சட்டத்தை சுற்றி பயணித்தால் எறும்பு பயணஞ்செய்யும் மொத்த தூரம் யாது?

....

(24) ஒரு போத்தலிலுள்ள மென்பானத்தின் அளவு 400ml ஆகும். அது போன்ற 6 போத்தல்களிலுள்ள மொத்த அளவை லீற்றர், மில்லிமீற்றரில் தருக.

.... லீற்றர் .... மில்லி லீற்றர்

(25) மாதவன் தமிழ், கணிதம், சுற்றாடல் ஆகிய பாடங்களை படித்த நேரங்களின் சராசரி 48 நிமிடங்கள் ஆகும். அவன் கணித பாடத்தையும், தமிழையும் மொத்தமாக 90 நிமிடங்களில் படித்திருந்தால் சுற்றாடல் படித்த நேரம் நிமிடங்களில் எவ்வளவு?

....

(26) ஏப்ரல்மாத முதலாம் திகதி திங்கட்கிழமை எனின், ஏப்ரல் மாதத்தின் 30ஆம் திகதி என்ன நாள்?

....

(27) **"நானும் எனது நண்பர்களும் எமது வகுப்பாசிரியருடன் கடற்கரை ஒன்றுக்குச் சென்றிருந்தோம். எமக்கோ ஒரே மகிழ்ச்சி பெரும் ஆரவாரத்துடன் கடலில் இறங்கினோம். ஒருவருக்கொருவர் தண்ணீரால் அள்ளி ஊற்றிய வண்ணம் மகிழ்ச்சியுடன் விளையாடிக்கொண்டிருந்தோம். திடீரென எமது நண்பன் ஒருவன் "ஐயோ! காப்பாற்றுங்கள், காப்பாற்றுங்கள் என அலறினான். நான் உடனே திரும்பிப்பார்த்த போது..."** இதனைத் தொடர்ந்து அங்கு நடைபெற்ற சம்பவத்தை ஆறு வாக்கியங்களில் எழுதுக. (வாக்கியம் ஒவ்வொன்றும் ஐந்து சொற்களுக்கு குறையாமல் இருத்தல் வேண்டும்)

....

....

....

....

....

வினாத்தாள் தொடர்பான விமர்சனங்களுக்கு - *071 8628369 / 071 4273035*

பக்கபுள்ளித்தொகை

தொடர் கதை

கயலின் காதல்

காதல் முதல் கல்லறை வரை.

அத்தியாயம் 3

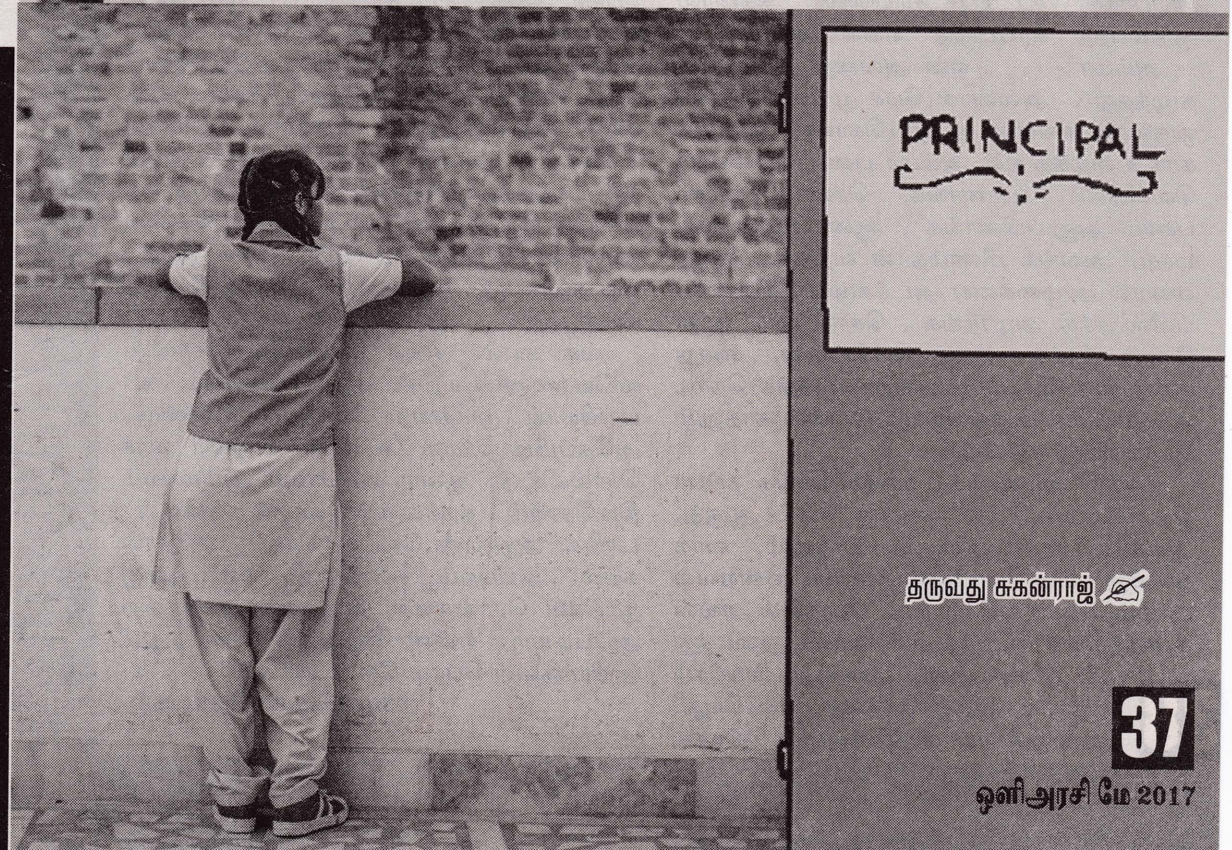
பதற்றத்தை மனதிற்குள் அடக்கி போலி தைரியத்துடன் அதிபர் அறைக்குள் நுளைந்தாள்.

மே ஐ கம் இன் சேர்! .....

''வாம்மா கயல் உள்ள வா'' என்றார் அதிபர். என்னடா இது கண்டதும் அப்பா ஏன் இன்னும் வரவில்லை என்று கத்துவார் எண்டு பாத்தா அன்பா கூப்பிட்டுறாரே ஒருவேளை வேற ஸ்கூல பாத்திட்டுப் போன்னு சொல்லப் போறாரோ!! குழப்பத்துடனே பேச்சை ஆரம்பித்தாள். ''சேர் சத்தியமா

என்மேல ஒரு தப்பும் இல்ல சேர்'' என்றவளை இடை மறித்து ''எனக்கு எல்லாம் தெரியும் கயல், எப்படி வோச்மனுக்கு தெரியாம ஒருத்தனால பள்ளிக்கூடத்துக்கு உள்ள வர முடியும் எண்டு சந்தேகப்பட்டு வோச்மன கூப்பிட்டு அதட்டிக்கேட்டதில, என்னத்தையோ கேக்க போக பயத்தில எல்லாத்தையும் உளறிட்டான். அப்போதான் எனக்கு எல்லாமே தெரிஞ்சது. கணக்கு மாஸ்ரர கூப்பிட்டு கண்டிச்சன். இப்போ ஆள் மாற்றலாகி போய்ட்டார். நீ இனி பயப்படாம ஸ்கூல் வரலாம். அப்புறம் இன்னொன்று என இழுத்தவர் இந்த விடயம் நமக்குள்ளயே இருக்கட்டும், வெளியே தெரிஞ்சா ஸ்கூல் மானமே போயிடும் சரியாம்மா. நடந்ததுக்கு நான் மன்னிப்பு கேக்கிறன், இப்போ நீ வகுப்புக்கு போ, நல்லா படிக்கணும் சரியா'' என பட பட வென்று கூறி முடித்தார். கயலிற்கு அப்போதுதான் நிம்மதிப் பெருமூச்சே வந்தது. தங்யூ சேர் என்றவள் வகுப்பறை நோக்கி ஓடினாள். பாடசாலை முடிந்து வெளிவருகையில் அதே இடத்தில் அவன் நின்று கொண்டிருந்தான். இப்போது தானாகவே அவனை நோக்கி நடந்தாள் கயல்.

வா கயல், மன்னிச்சிரு, உன்ன தொல்லை பண்ணக்கூடாது எண்டுதான் இருந்தன், ஆனா பள்ளிகூடத்தில என்ன நடக்குதுதெண்டு தெரியாம எனக்கு நிம்மதியே இல்ல, அதுதான் பாத்திட்டு போலாம்னு வந்தன் என்று அன்போடு கூறினான். அவனின் இந்த அக்கறையில் கயல்



தருவது சுகன்ராஜ்

சற்று ஆடித்தான் போனாள். ரொம்ப நன்றி, அதிபர் என் னில தப்பில்லனு புரிஞ்சிட்டார். அந்தாளும் ரான்ஸ்வர்ல போட்டுது. அதால பிரச்சினை இல்ல ஆனா... என இழுத்தாள் . ஆனா என்னம்மா, பதற்றத் துடன் கேட்டான்.

அதிபர், நீங்க யார் எண்டு கேட்டார், நான், என்னோட சொந்தக்கார பையன், அண்ணா முறை என்று சொன்னேன் என கிண்டலாக சொன்னாள். ஆடிப்போன அவன், என் னது அண்ணா????, ஏம்மா மச்சான்னு சொல்லி இருக்கலாம்தானே ,என்று கெஞ் சும் தொனியில் சொன்னவனைப் பார்த்து, நீங்க யார் என்ன எண்டே தெரியாது ,அப்புறம் எப்படி சொல்றது, முதல்ல உங்களை பத்தி சொல்லுங்க, என்றாள்.

''கயல் என் பெயர் சக்திவேல், சக்தி எண்டு கூப்பிடுவாங்க , இதே ஊர் தான், OL க்கு மேல படிக்கல, இப்போ ஒரு சாப் பாட்டுக் கடையில வேலை செய்யிறன், வீட்டில அப்பா நான் தம்பி அவளவு தான் என்றான். ஏன் உங்க அம்மா எங்க? என சாதாரணமாக கேட்டாள் கயல். ஆயினும் சக் தியின் கண்கள் கலங்கின,

எனக்கு அம்மா எண்டா உயிர் கயல், அப்பாக்கு உடம்பு சரியில்ல, அதனால குடும்பத்த காப்பாத்த எங்க அம்மா, -- -- அம்மா ----- என அவனது குரல் தழு தழுத்தது . அவனால் பேச முடியவில்லை. ஒருவாறு தன்னை ஆற்றிக்கொண்டு வீட்டுக் காக உழைக்க என் அம்மா பணிப்பெண்ணா வெளிநாடு போனாங்க, ரெண்டு மாசம் பணம் அனுப்பினாங்க , ஆனா மூணாவது மாசம் அவங்க பிணம்தான் வந்திச்சு, என்ற வனால் அழுகையை அடக்கமுடியவில்லை. ப்ளீஸ் சக்தி அழாதீங்க , சொறி பா, நான் தேவை இல்லாம அழ வச்சிட்டன், என்று சமாதானம் செய்ய முயன்றாள். அந்த நொடி அவன் மேல் கருணை மட்டுமல்ல் காதலும் தோன்றியது கயலிற்கு.

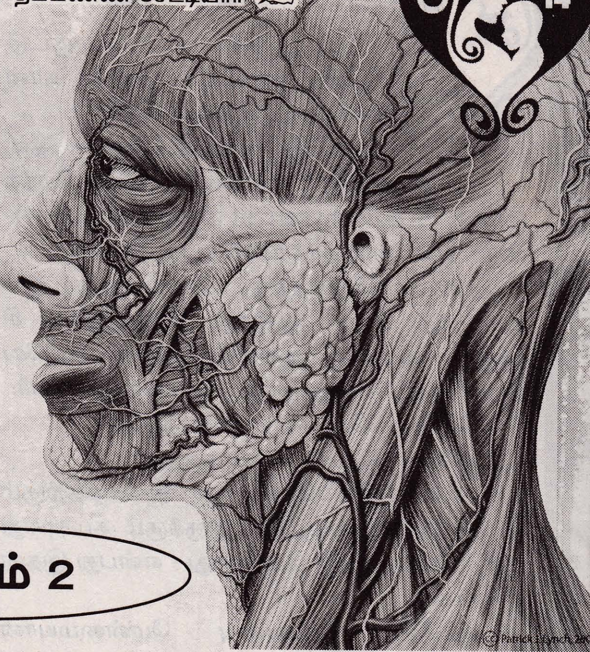
ப்ளீஸ் அழாதிங்க, பாக்கிறவங்க தப்பா நினைப்பாங்க, சரி எனக்கு லேட் ஆகுது, ஆனா உங்க கூட நிறைய பேசணும், வாற ஞாயிறு நம்ம கோயிலுக்கு வாங்க ,என்றவள் சற்றும் அவன் எதிர்பாராத நேரத்தில் அவன் கன்னத்தில் வழிந்த கண்ணீரை துடைத்து விட்டு ஓடினாள். அவளது ஸ்பரிசம் சக்தியுள் புது இரத்தத்தை பாய்ச்சியது. ஞாயிறுக்காய் காத்திருந்தான். நாளும் வந்தது காலை முதல் ஆளாய் சென்று கோயில் வாசலில் காத்திருந்தான். கயலும் வந்தாள். ஆனால் அவளுடன் என் றுமில்லாமல் அப்பா அம்மா இருவரும் வந் திருந்தனர். சக்திக்கோ ஒரே குழப்பம். ஒரு வேளை கயல், தான் பின்னால சுத்துவதை அப்பா கிட்ட சொல்லியிருப்பாளோ, சரிதான் இன் னைக்கு சங்கு கன்பாம், என எண்ணினான். கயலோ பச்சை நிற சுடிதாரிலும் சற்றே மெரு கேறி இருந்த மேக்கப்பிலும் என்றுமில்லாத பேரழகாய் தெரிந்தாள் அவன் கண்களுக்கு, தன்னையே வெறித்துப் பார்த்துக் கொண்டி ருந்த சக்தியை நோக்கி , இங்கேயே இரு, என்பது போல கண் ஜாடை காட்டிவிட்டு கோயிலுக்குள் நுழைந்தாள் கயல். அங்கு இவர்களுக்காகவே காத்திருந்ததைப் போல வரவேற்றனர் ஒரு வயதான அம்மாவும் ஒரு நடுத்தர வயது பெண்மணியும். அவர்கள் இரு வரும் தன்னை விழுங்குவதைப்போல பார்ப் பதை கயல் கவனிக்கத் தவறவில்லை.

இதுதான் உங்க பொண்ணா, பறவா யில்ல, பாக்க கண்ணுக்கு லட்சணமாதான் இருக்கா, என எகத்தாளம் கலந்த தொனி யில் சொன்னாள் அந்த நடுத்தர வயதுப் பெண். அதே நேரம் கயலின் தாயோ, கயல் நீ போய் கோவில சுத்தி கும்பிடு, நாங்க பேசிட்டு வாறம் எனவும் கிடைத்தது சந்தர்ப் பம், என சிட்டாய் பறந்தாள் கயல்., கண் ணில் குழப்பத்துடன் கைகளை பிசைந்து கொண்டு, அவள் வருவாளா, இல்லையா என பதற்றத்துடன் நின்றிருந்த சக்தியை பார்க் கையில் சிரிப்பை அடக்கவே முடியவில்லை கயலால். சிரித்துக்கொண்டே என்ன சக்தி , கை நடுக்கமா என்பதற்குள் பதறித் திரும்பி னான் சக்தி.

வா கயல், எங்க வராமலே போயிடு வியோன்னு பயந்திட்டன், என்றான். அப் பாவியாய் முகத்தை வைத்துக் கொண்டு, அதெப்பிடி வராம போவன், உங்கள வரச் சொல்லிட்டு, ஆனா, அப்பாவும் அம்மாவும் திடீரெண்டு தாங்களும் வாறம் எண்டுட் டாங்க, அதுதான் லேட், சொறி என்றாள் கயல். அப்புறம் கயல் நா கேட்டதுக்கு முடிவே சொல்லலையே, என்று சக்தி கூற அப்படியா, என்ன கேட்டீங்க என ஏதும் அறியாதவள் போல கேட்டாள் கயல்.

நினைவுகள் தொடரும்.

மூன்றாவது மூளை



மூன்றாவது மூளையாகிய அடி மூளையைப் (Medulla Oblongata) பற்றி தெரிந்து கொள்வோம்.

இதை முதுகுத் தண்டை ஊடுருவிச் செல்லும் மஜ்ஜையாகிய நிணத்தின் விரிவு என்று சொல்லலாம். இது ஒரு கொட்டைப்பாக் களவே உள்ளது. ஆனால், இந்தச் சிறு மூளையின் ஆற்றலோ மிகவும் அபாரமானதும், அற்புதமானதுமாகும். 'மூர்த்தி சிறிது கீர்த்தி பெரிது' என்பது இந்தச் சிறு மூளைக்குப் பொருந்தும்.

பாகம் 2

இதை ஒரு விலை மதிப்பற்ற இரத்தினம் என்றும் சொல்லலாம். இதுவே ஆத்மசக்தியின் உறைவிடமாகும். இதிலிருந்துதான் ஞானம் பிரகாசிக்கிறது.

வெகுகாலம் யோக தியானப் பயிற்சி செய்துவரும் ஞானிகளே இதன் அற்புதமான சக்திகளைப் பிரயோகிக்கும் வல்லவர்களாக ஆகிறார்கள். முன் குறிப்பிடப்பட்ட முன் மூளை, பின் மூளை ஆகிய இரண்டு மூளைகளின் செயலை நிறுத்தி அதைத் தூங்கும்படி செய்துவிட்டால் அவற்றின் ஜீவசத்து அப்படியே அடி மூளைக்குச் செல்கிறது. இந்த அடி மூளையே சிசுவானது கருவாக உருவாகும் போது முதலில் உற்பத்தியாகும் அம்சமாகும்.

இதிலிருந்துதான் மற்ற அவயவங்கள் வளர்ச்சியாகின்றன. ஆகவே, சரீரம் முழுவதற்குமே இந்தச் சிறு மூளை என்னும் அடி மூளைதான் ஜீவாதாரமாகும்.

மற்ற இரண்டு மூளைகளும் அமைதியாக அமர்ந்திருக்கும்போது இந்த மூளையைத் தட்டியெழுப்பிவிட்டால் இதிலுள்ள ஆத்மாவானது இரத்தினக்கல்லைப் போல் தன்னுடைய சூரியப் பிரகாசக் கதிர்களை வீசச்செய்யும்.

இதன் முன்பு உலக அறிவு மழுங்கிப் போகும். நாடிகள் மெதுவாக ஓடும். சுவாசம் மட்டும் நிதானமாக நடந்துகொண்டே இருக்கும். சரீரத்துக்கு வேறு எந்தவிதமான உணர்ச்சியும் இருக்காது. இதைத்தான் 'சுழுத்தி அவஸ்தை' அல்லது சழுத்தி என்றும் 'நிர்விகல்ப சமாதி நிலை' எனவும் யோகிகள் கூறுவார்கள். தர்சனாவஸ்தை - பரவச நிலை (Trance EEcstasy) என்று சொல்லக்கூடிய நிலையும் இதுவேயாகும்.

இந்த நிலைக்கு ஒருவன் வந்தவுடன் அவனுக்கு மாயா உலகின் சகல பந்தங்களும் அறுபட்டுப்போகவே அவனது வானவெளி திறந்து இருப்பதையும், ஜெகஜ்ஜோதியாய் பிரகாசிக்கும் தேவ தூதர்களையும், கணங்களையும் அவன் தரிசிப்பான். அவனுக்கு சகல லோகங்களின் அந்தரங்க இரகசியங்கள் எல்லாமே தெரியவரும். இவ்விதமாக அம்மனிதன் உலகத்தில் சகலவிதமான அற்புதங்களைச் செய்யவும், அஷ்டமாசித்துகளை அடையவும் பிறருக்கு நோய், நொடி, கஷ்டங்களை நீக்கவும், வல்ல - தெய்வத்தால் அனுப்பப்பட்ட மகாபுருஷனாகத் திகழ்வான்.

ஆகவே, யோகிகள், ஞானிகள், மகான்கள், சித்தர்கள் எல்லோரும் அடைந்த இந்த மூன்றாவது சுதந்திரமான நிலையைப் பற்றி அறிந்து தெரிந்துகொள்ள நமக்குள்ள முன் மூளை அறிவு போதாது.

உள்மனம், வெளிமனம் என்ற இரண்டு மனங்கள்தான் உள்ளன என்று முன்பு சொல்லப்பட்டது. ஆகவே, இப்போது அடி மூளையின் Medulla Oblongata ஆற்றல்களைப் பற்றி நீங்கள் தெரிந்துகொண்டு இருப்பீர்கள். இந்த இரகசியத்தை யாருக்கும் தெரியாமல் இதுவரை மறைத்து வைத்திருந்ததை வெளிப்படையாகவே எல்லோரும்

தெரிந்துகொள்ளும் பொருட்டு எளிய நடையில் இங்கே நான் தெரியப்படுத்தியுள்ளேன்.

சகலவித பயிற்சிகளிலும் 'தன்னையறியும் மார்க்கமே' மிகச் சிறந்ததாகும். "Know thyself iit is supreme Knowledge' என்கிறார் சாக்ரடீஸ் என்ற ஞானி.

ஆன்மா வசிப்பதற்குச் சரீரமானது ஓர் ஆலயம், வீடு போல் ஆகிறது. இதுபற்றியே சிவஞான வள்ளல் 'ஆலயமே காயம், அறிவே சிவலிங்கம்' என்று திருவாய் மலர்ந்துள்ளார்.

'தேஹோ தேவாலய ப்ரோஹ்தோ
ஜீவோ தேவஸ் ஸனா தனஹ'

- என்பதில் தேகம் ஓர் ஆலயத்திற்கும் ஜீவன் அவ்வாலயத்தில் இருக்கும் கடவுளது பிரதி பிம்பத்திற்கு ஒப்பானது - என்பது இதன் விளக்கம்.

ஆகவே, இவ்வளவு மேன்மையான ஆன்மா வசிக்கும் ஆலயமான நமது சரீரத்தை எவ்வளவு பரிசுத்தமாய் வைத்துக்கொள்ள நாம கடமைப்பட்டிருக்கிறோம் என்பதை ஒவ்வொருவரும் உணரவேண்டும்.

ஞானவாசிட்டம்
உன்னுருவை நீ காணும் ஞானக்கண்ணில்
ஒன்றிலா ஆசையெனுங்காச மூறும்
அன்னதுதீர்த் துளக்கமலந்துள்ளே நோய்ய
அறிவுடை வுன்மனத்தா லுன்னா லுன்னை
இன்னபசயென நோக்கி மயக்கமெல்லாம்
இறையுமற வொழித்தின்பமெய்தி நிற்பாய்
பின்னவனேயென முன்னோ னுரைத்தானெற்று
பெருந்தகைக்கு வசிட்டமுனி பேசினானே.
- *என்று கூறுகிறது ஞானவாசிட்டம்.*

வாராயென் மகனே தன்னை மறந்தவன் பிறந்திறந்து
தீராதசுழல்காற்றுற்ற சேத்தைபோற் சுற்றிச்சுற்றிப்
பேராத காலநேமிப் பிரமையிற்றிரிவான் போதம்
ஆராயுந்தன்னைத் தானென்றறியாமல் வளவந்தானே
தன்னையுந் தனக்காதாரத் தலைவனையுங்கண்டானேல்
பின்னையத் தலைவன் றானாய்ப் பிரமமாய்ப் பிறப்புத்தீர்வான்
உன்னை நீயறிவாயாகி லுனக்கொரு கேடுமில்லை
என்னை நீ கேட்கையாலே யீதுப தேசித்தேனே.
- *என்கிறது பிரபுலிங்கலீலை.*

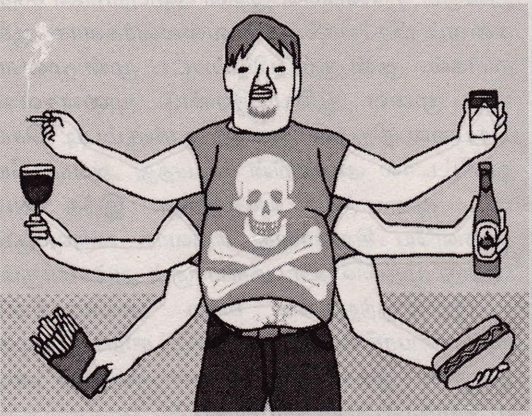
சகல பயிற்சிகளிலும் தன்னையறியும் வழியே மிகச் சிறந்ததென்பதுபோல் சகல ஜீவராசிகளிலும் மனிதப் பிறவியே சிறந்ததென்பது பலரும் நன்கு அறிந்த உண்மையாகும். மற்ற எந்த ஜீவராசிக்கும் பகுத்தறிவைக் கொடுக்கவில்லை. மனிதப் பிறவிக்கு மட்டுமே பகுத்தறிவு கொடுக்கப்பட்டிருக்கிறது. 'மனிதனை என்னுடைய ஒளியைக்கொண்டே படைத்தேன். மனிதன் என் அந்தரங்கத்தை அறிவானேயானால் அவனே தேவன். அவனுக்கு மேற்பட்டவர்கள் இல்லை'.

- இது இறைவன் சொன்னது.

மனோவசியப் பயிற்சிகள்

சாதனை செய்பவர்கள் அனுசரிக்க வேண்டிய விதிமுறைகள்.

மற்றவர்களுக்க ஆரோக்கியத்தைத் தருகிறவர்கள் முதலில் தங்களுக்கு ஆரோக்கியத்தைத் தேடுவது மிக அவசியமாகும். தான் ஆரோக்கியமாக இருந்தால்தானே மற்றவர்களுக்கு அதைப் பற்றிச் சொல்லமுடியும்.



ஆதலால் சாதனை செய்ய விரும்புபவர்கள் ஆகாரநியமம், சரியான தூக்கம், ஒழுக்கம், மன உறுதி, சுத்தமான மனம், எல்லோரும் நன்றாக இருக்கவேண்டும் என்ற எண்ணம் உடையவர்களாக இருக்கவேண்டும். உடல், மனம் இவற்றுக்கு ஆரோக்கியத்தையும், பலத்தையும் கொடுக்கக்கூடிய ஆகாரம், பானங்கள் மட்டுமே சாப்பிடவேண்டும்.

மது வகைகள், பீடி, சிகரெட், புகையிலை உபயோகிப்பதை அடியோடு விட்டுவிட வேண்டும். காய்கறி வகை, சைவ உணவுகளையே சாப்பிடவேண்டும்.

கோப தாபங்களை விட்டுவிட்டு எப்போதும் அமைதியுடனும், சிரித்த முகத்துடனும் இருக்கப் பழகவேண்டும்.

சாப்பிடும்போது மனதை அங்கும் இங்கும் அலையவிடாமல் சாப்பிடுகிறோம் என்ற உணர்வுடன் சாப்பிடவேண்டும். இதனால் சாப்பிட்ட உணவு எளிதில் ஜீரணமாகிவிடும்.

எந்த பானம் பருகினாலும் அதை மட மடவென்று ஒரே மிடராகக் குடிக்கவிடாமல் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக சுவைத்துச் சாப்பிட வேண்டும். எதையும் சுவைத்துச் சாப்பிடுவதால் அதில் உமிழ்நீர் கலந்து சென்று சாப்பிட்டது நன்கு ஜீரணமாக உதவி செய்கிறது.

பாலை மடமடவென்று குடித்தால் அது உடல் உள்ளே சென்று புளிப்படைந்து திரிந்து விடுகிறது. அதனால் அது விரைவில் ஜீரணம் ஆகாது. தண்ணீர் குடிக்கும் போதும் மெதுவாக சுவைத்து குடிக்கவேண்டும்.

அதேபோல ஆகாரம் சாப்பிடும்போது பதார்த்தங்களை நன்றாக மென்று சாப்பிட வேண்டும். அவசரம் அவசரமாக அள்ளி உணவை வயிற்றில் தள்ளிவிடுவதால் அஜீரணம், மலச்சிக்கல் போன்றவைகள் ஏற்படுகின்றன. நன்றாக மென்று சாப்பிடும்போது உமிழ்நீர் கலந்து ஜீரண சக்தியைத் தூண்டி உதவி செய்கிறது.

உணவை அளவுடன் சாப்பிடவேண்டும். ருசியாக இருக்கிறது என்று எதையும் அளவுக்கு அதிகம் சாப்பிடக்கூடாது. இத்தகைய விதிமுறைகளைக் கண்டிப்பாகக் கடைப்பிடித்து வந்தால் நோய்கள் வருவது மிகக் குறைவாகவே இருக்கும்.

உணவில் அதிகபட்சம் காய்கறிகளை சேர்த்துக்கொள்ளுங்கள். பச்சைக் காய்கறிகளை சாலட் ஆக செய்து சாப்பிடுவது மிகவும் சிறந்தது. தக்காளி, வெங்காயம், கேரட், பீட்ரூட், முள்ளங்கி, வெள்ளரிக்காய், கோஸ், இளம் வெண்டைக்காய் போன்றவைகளை சாலடாக செய்து அதனுடன் இஞ்சி, பச்சை கொத்தமல்லி சேர்த்துச் சாப்பிடலாம். கொஞ்சம் எலுமிச்சைச் சாறு பிழிந்து குறைவாக அரை உப்பு, மிளகு போட்டு சாப்பிடுவது மிகச் சிறந்தது.

தேவையில்லாத விடயங்களைப் பேசுவதையும், பலருடன் விவாதிப்பதையும் தவிர்க்கவேண்டும்.

கூடியவரை அமைதியாக உட்கார்ந்து செயற்படுங்கள். எதையும் நிதானமாகவும், பொறு

மையுடனும் செய்துவந்தால் தவறு ஏற்படாது.

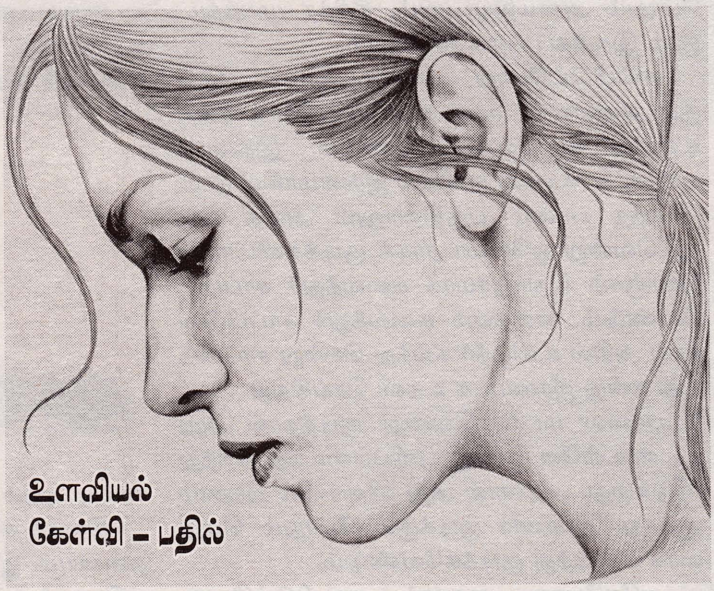
தினசரி காலையில் எழுந்ததும் எந்தச் சிந்தனையும் இல்லாமல் பத்து நிமிடம் முதல் பதினைந்து நிமிடம் வரையிலும் அமைதியுடன் உட்கார்ந்து வரவும். இதனால் உடலில் காந்தசக்தி விரயமாகாமல் சேமிப்பில் சேருகிறது.

தினசரி குளிர்ந்த தண்ணீரில் குளிப்பது மிகவும் சிறந்ததாகும். எளிமையான - வெண்மையான ஆடைகளை அணியுங்கள்.

மனதில் எவரைப் பற்றியும் குறைவாகவோ, உயர்வாகவோ மதிப்பிட்டு விடாதீர்கள். மனதால் கூட எவருக்கும் தீங்கு எண்ணக்கூடாது. மனதில் வேண்டாத கற்பனைகள் செய்வது, பிறரை எண்ணி ஏங்குவது போன்றவைகளால் உங்கள் சக்தி அதிகம் விரயமாகிறது. ஒருவரிடம் பேசும்போது படபடவென்று நீங்கள் முதலில் பேசிவிடாதீர்கள். முதலில் அவர்கள் பேசுவதைக் கவனித்துக் கேளுங்கள். அதன் பிறகே நீங்கள் பேசவேண்டும்.

எவருடன் பேசினாலும் பேசும்போது அவரது முகத்தை - கண்களைப் பார்த்துப் பேசுங்கள். தலைகுனிந்து கொண்டோ, வேறு எங்கேயோ பார்த்தபடி பேசாதீர்கள். இதனால் உங்களை அவர்கள் தவறாகப் புரிந்து கொள்வார்கள். நாம் பேசுவதைவிட மனதில் எண்ணும்போது சக்திகள் அதிகமாகச் செலவாகின்றன என்பதை நினைவில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

இரகசியங்கள் நீளும்...



உளவியல் கேள்வி – பதில்

நிம்மதியின்றித் தவிக்கிறேன்

எனது பெயர் மிருணா. வயது 21. எனக்கு அப்பா இல்லை, அம்மா, நான், தம்பி, தங்கை. இவ்வளவு தான் எனது குடும்பம். உயர்தரத்தில் வர்த்தகத்தினை ஒரு பாடமாக கற்றேன். மூன்று பாடங்கள் சித்தியடைந்தேன். அதன் பின்னர் வீட்டிலேயே இருந்தேன். ஆறு மாதங்களின் முன் ஆடைத் தொழிற்சாலை ஒன்றிற்கு வேலைக்குச் சென்றபோது முதலில் சாதாரண எழுது வினைஞர் வேலை கிடைத்தது. அவ்வேளை எனது மேலதிகாரியின் மூலம் இயந்திரவியல் பொறியியலாளர் ஒருவரின் நட்பு கிடைத்தது. அவர் எனக்கு உதவியதோடு அவரது சிபாரிசின் பேரில் மனிதவள பகுதியில் உயர் பதவியினையும் பெற்றுத்தந்தார். எங்கள் இருவருக்கும் நல்ல நட்பு உருவானது. இவ்வேளையில் அவர் தன்னைப்பற்றியும் தனது சமூகசேவை நோக்கம் பற்றியும் என்னிடம் விலாவாரியாக கூறினார். யுத்தத்தினால் பாதிப்படைந்த ஒரு பெண்ணையே தான் திருமணம் செய்ய விரும்புவதாக என்னிடம் கூறினார். ஒன்றாக உணவு உண்பது வரை என்னிடம் மிக அன்பாகவும் ஆழமாகவும் பழகினார். மூன்று மாதங்கள் கடந்த நிலையில் எமது நட்பு காதலாக மாறியது. வருட முடிவில் தனக்கு நீண்ட விடுப்பு உள்ளதாகவும் அவ்வேளை என்னை திருமணம் செய்வதாகவும் கூறிய அவர் எமது நிறுவனத்தில் உள்ள அனைவருக்கும் என்னை திருமணம் செய்யப்போவதாகவே கூறினார். அவரது அப்போதைய நிலையை நம்பி அவர் கூப்பிட்ட இடங்களிற்குச் சென்றேன். எமது இப்பயணங்கள் ஒரு கட்டத்தில் சுதந்திரமாக பழகவும் என்னிலை கடந்து என்னை அவரிடம் இழக்கும் நிர்ப்பந்தத்தினையும் ஏற்படுத்திவிட்டது. சில நாட்களின் பின் அவரது நடத்தைகளில் மாற்றம் ஏற்பட்டது. என்னிடம் எரிந்துவிழுவதும் எதற்கெடுத்தாலும் சண்டையிடுவதுமாக இருந்தார். எப்போதும் சந்தேகப்பட்டு சண்டையிட்ட வண்ணமே இருப்பார். நான் என்ன செய்ய வேண்டும் எனக்கேட்டபோது நீ இந் நிறுவன வேலையை விட்டுவிடவேண்டும் என்றார். நானும் அதன்படி வேலையை விட்டுவிட்டேன். திருமணம் பற்றி கேட்டபோது தனது தகுதிக்கேற்ற படிப்போ வேறு தகுதிசார் நிலைகளோ இல்லாத உன்னை எவ்வாறு திருமணம் செய்வது எனக்கேட்கிறார்? அதன்பின்னர் அவர் என்னிடம் தொடர்புகொள்வதே இல்லை. தனது தொலைபேசி இலக்கத்தினைக்கூட மாற்றிவிட்டார். எனது சார்பில் அனுதாபப்படக்

கூட யாருமில்லை. எனது சகோதரர்களின் எதிர்காலம் குறித்து கவலையாக உள்ளது. இந்நிலையில் நான் என்ன செய்ய வேண்டும், தயவு செய்து ஒளிஅரசியின் மூலம் ஆலோசனை தரவும்?

இன்றைய காலத்தில் அதிகமான பெண்களுக்கு ஏற்படும் பிரச்சினையே இதுதான். முதலில் பெண்கள் தன்னிலை உணரவேண்டும். தான் இருக்கும் நிலையை உணர்ந்து தன்னைப்பற்றி சரியாக திட்டமிட்டுக்கொள்ள வேண்டும். பெண்பிள்ளைகள் இவ்வாறான நிலையில் துவண்டுநிற்கும் போது அவர்கள் இத்துன்பியலில் இருந்து வெளியே வர வேண்டுமானால் நல்லதொரு வேலை, தன்னம்பிக்கை, குடும்ப ஆதரவு, சட்ட ஆதரவு என்பவை துணையாக இருக்கவேண்டும். தனது சொந்தக்காலில் நிற்கின்றேன் என்னும் எண்ணம் திடமாக மனதில் பதிந்தால் அது மிகப்பெரிய தன்னம்பிக்கையைத் தரும். எல்லாவற்றையும் விட அவளை அன்போடு தாங்கும் உறவுகள் குடும்பத்தில் வேண்டும்.

இவ்வாறான சம்பவங்களால் பாதிக்கப்படுவது பெண்கள்தான். வேலைக்குச்செல்லும் இடங்களில் வீணான நட்புகள், தேவையற்ற மேலதிக சன்மானம் என்பவற்றை தவிர்த்து அதுபற்றி ஆராயவேண்டும். இவ்வாறு கிடைக்கும் சந்தர்ப்பங்களில் குடும்பத்தினரின் ஆலோசனையைப் பெற்று முடிவுகளை எடுக்கவேண்டும். இன்றைய காலத்தில் பல பெண்கள் தமக்கு கிடைத்துள்ள சாதகமான சூழலை சாதகமாக பயன்படுத்த தவறுகின்றனர். நல்லது கெட்டதை தீர்மானிப்பது அவரவர் கைகளிலேயே உள்ளது. பாலியல் என்பது வாழ்க்கையின் ஒரு பகுதியேயன்றி அதுவே வாழ்க்கை அல்ல, இவ்வாறான விடயங்களிற்கு முக்கியத்துவம் கொடுப்பதால் தேவையான விடயங்கள் தவறிவிடுகின்றது.

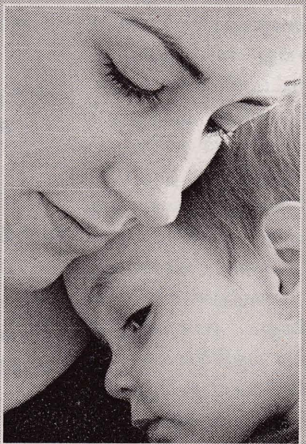
இவ்வாறான சம்பவங்களில் சட்டத்தை சரியாக பயன்படுத்த முன்வரவேண்டும். சோரம்போதலுக்கு தண்ணடனை பெற்றுக் கொடுக்கமுடியும். அதற்கு அப்பெண் ஒத்துழைப்பு வழங்கவேண்டும். இவ்வாறான சமயங்களில் நிறுவனங்கள் உயர்பதவி வகிக்கும் தமது பணியாளர்களுக்கு சாதகமாகவே பதிலளிக்கும். இவ்விடயம் பற்றிய சட்ட யாப்புகளை நிறுவனங்களுக்கு அனுப்பவேண்டும். தொழிலாளர்களுக்கென தொழிற்சங்கங்களை உருவாக்கி நிறுவனங்களில் ஏற்படும் பாலியல் சுரண்டல்களை தெரியப்படுத்துவதற்கென வலுவான தொடர்பாடல் திறன் மேற்கொள்ளப்படவேண்டும். ஒட்டுமொத்த பெண்களும் தமக்கு ஏற்படும் இவ்வாறான பிரச்சினைகளை ஏனையோருக்கு கூறி மற்றவர்களை எச்சரிக்கை செய்யவேண்டும். இவ்வாறான திட்டங்களை ஏற்படுத்துவதன் மூலமே இப்பிரச்சினைக்கு தீர்வு காணலாம்.

உங்களுக்கு நடந்த விடயத்தினை முறைப்பாட்டின் மூலம் பதிவுசெய்து சரியான தண்டனை பெற்றுக்கொடுக்க முயற்சியுங்கள். நல்லதொரு தொழிலைத் தேடிக்கொண்டு இவற்றை ஒரு கெட்ட கனவாக எண்ணி மறந்துவிட்டு உங்கள் சகோதரர்களின் கல்வி, உங்கள் எதிர்காலம் பற்றி சிந்தித்து செயலாற்றுங்கள். இதனை ஒரு மோசமான அனுபவமாக கொண்டு இனிமேல் மிக கவனமாகச் செயற்படுங்கள். உங்கள் வாழ்க்கையும் சிறப்பாய் மாறும் என திடமாக நம்புங்கள்.

சி.சிவஞானம்
0776156081

பிதா குரு தெய்வம்
சொல்லித் தந்தவள் நீ
அம்மா!

நீ சொல்லாமல் இருந்திருந்தால்
தெய்வமும்
இல்லாமல் போயிருக்கும்!!!



எழுகவ் ஜெலீல்

கவிஞர் அறிமுகம்

தற்காலக் கிழக்கிலங்கையின் பெயர் சொல்லக்கூடிய நாட்டார் பாடல்களை எழுதியும் பாடியும் வருகிறார் எழுகவி ஜெலில் அவர்கள். பல நூல் வெளியீட்டு நிகழ்வுகள் கூட இவரது திறமைக்கு களம் அமைத்துக் கொடுக்கிறது. குரலிலே கிராமியச்சந்தம் கலந்திருப்பது போல் இவரது தோற்றத்திலும் அடிக்கடி கலந்திருப்பதைக் காணலாம். தலைப்பாகை கட்டி.. வேட்டி உடுத்தவராக பொது இடங்களில் காணக்கிடைப்பதும் மகிழ்வே.. பெயர்: முஹம்மது இப்ராஹிம் முஹம்மது ஜெலீல்) புனைப்பெயர்: ''கருங்கொடிக்கவி'' ''ஊர்க்குருவி'' ''எழுகவி'' என்பன; ஆரம்பக்கல்வியை தைக்காநகர் அ.மு.க. (தற்போதைய ஸஹ்றா)வித்தியாலயத்திலும் உயர் கல்வியை அக்கரைப்பற்று முஸ்லிம் மத்திய கல்லூரி (தேசிய பாடசாலை) யிலும் பயின்றார் . தற்போது வீதி அபிவிருத்தி அதிகார சபையில் பாதுகாப்பு உத்தியோகத்தராக கடமையாற்றி வருகிறார். இலக்கிய செயற்பாடுகள் பாடசாலையில் பயின்று கொண்டிருக்கும்போது ஆரம்பமாயிற்று..... முதன் முதலாக 1980ஆம் ஆண்டு மாணவர் கலா மன்றத்தில் நாட்டார் கவி பாடியதிலிருந்து...1981 ஆம் ஆண்டு பாடசாலையில் இடம்பெற்ற தமிழ்த்தின போட்டியில் நாட்டார்கவி பொழிந்து முதலிடம் பெற்றார்; அன்றிலிருந்து தேசிய மட்டத்தில் பல பிரதேசங்களில் கலாசார நிகழ்வுகளிலும் மற்றும் ஏனைய விஷேட நிகழ்வுகளிலும் இன்னும் பாடிக்கொண்டிருக்கிறார். தொடர்காலங்களில் பிரதேச, மாவட்ட மற்றும் மாகாண மட்டத்தில் வருடம் தோறும் நடைபெறும் அரச இலக்கிய போட்டிகளில் பங்கேற்று பல பரிசுகள், விருதுகள், சான்றிதழ்களையும் பெற்றிருக்கின்றார். கடந்த 2011 ஆம் ஆண்டு (Feeds Sri lanka) அமைப்பு நடாத்திய விழா ஒன்றில் கவிதை பாடியதை அடுத்து அந்நிறுவனத்தினால் எழுகவி என்ற பட்டம் சூட்டப்பட்டது 2015 ஆம் ஆண்டு லக்ஸ்டோசுமீடியாசுநெற்வேக் நிறுவனம் கலைமாமணி கலைதீபம் ஆகிய விருதையும், பட்டத்தினையும் வழங்கி கௌரவித்தது. 2013 ஆம் ஆண்டு ஐப்பசியில் இவரால் சுயமாக எழுதப்பட்ட புதிய நாட்டார் கவிகள் முன்னூற்று ஐம்பது பாடல்களை தொகுத்து **'தண்ணீருக்கு வந்த தாகம்'** என்னும் தொகுப்பை கிழக்கு மாகாண பண்பாட்டலுவல்கள் திணைக்களம் வெளியீடு செய்து வைத்துள்ளது. 2016 புரட்டாசி யில் புழுதி மண்ணு என்ற இருநூற்றி ஐம்பது நாட்டார் கவிகளும் நயமும் (நவீன நாட்டார் கவிகள்) எனும் நூலை அக்கரைப்பற்று கலாசார அபிவிருத்தி சபை வெளியீடு செய்து வைத்தமை குறிப்பிடத்தக்கது. ஏககாலத்தில் தேசிய பத்திரிகைகளான வீரகேசரி, தமிழ்த்தந்தி, விடிவெள்ளி மற்

வாடுறேண்டி உன்னால!

சிரிப்பில் சிறையாகி ஒண்ட
செவ்வழகில் பித்தாகி
கருத்தெல்லாம் நீயாகி என்னக்
காணாத்து தேடுறெண்டி
பெரட்டாத புத்தகமே
பேறறியா சித்திரமே
வருத்தியுட்டுப்போனாயே நானும்
வாடுறேண்டி ஓன்னாலே
என்ரமனச்செறயில்
எப்பயெண்டாலும் நீதான்
உசிரெழுதி நான்தாறேன் என்ன
உதறிமட்டும் எறிஞ்சிராதே

றும் முஸ்லிம் முரசு ஆகியவைகளிலும் இவரது ஆக்கங்கள் வெளிவந்திருக்கின்றன இதுபோன்று கிழக்கு மாகாண பண்பாட்டலுவல்கள் திணைக் களத்தினால் 2014 ஆம் ஆண்டு வெளியிடப் பட்ட இலக்கிய மலரிலும், மற்றும் அட்டா ளைச்சேனை அக்/அல் அர்ஹம் வித்தியாலயம், அட்டாளைச்சேன தைக்காநகர்அக்/ஸஹ்றா வித்தியாலயம் , அக்கரைப்பற்று பிரதேச சபை ஆகியவற்றினால் வெளியிடப்பட்ட மலர்களில இவரது ஆக்கங்கள் வெளிவந்திருப்பதுடன் 2015 ம் ஆண்டில் கிழக்கு மாகாண பண்பாட்ட லுவல்கள் திணைக்களத்தினால் வெளியிடப்பட்ட ''காலடி'' இலக்கிய மலரில் கலாநிதி சின்னத்தம்பி சந்திரசேகரம் அவர்கள் இவரது கவிகள்பற்றி கூறி யுள்ளதையும் குறிப்பிடலாம்.

இது தவிர வருடம் தோறும் பாடசாலை களில் நடைபெறுகின்ற தமிழ்த்தின போட்டிக ளுக்காக மாணவர்களை பயிற்றுவிக்கும் செயற் பாடுகளிலும் பங்களிப்பு செய்து வருகிறார். இன் னும் நாடகம், ஒவியம் வரைதல், கவிதைகள் என பல்வேறு விடயங்களில் கவனம் செலுத்துவதோடு மேற்படி நிகழ்வுகளில் பிரதேச, மாவட்டப் போட்டிகளின் நடுவ ராகவும் அவ்வப்போது பணியாற்றி வருவதையும் குறிப்பிட்டுக் கூற லாம். அரச சார்பற்ற போட்டிகளில் பங் கேற்க ஆர்வம் கொள்ளாத போதிலும் பலமுறை மாகாண விருதுகளை வென்ற இவருக்கு தேசிய மட்டத்தில் நாட்டார் கவி நடாத்தப்படாமையி னால் அவ்விருதினைப் பெற்றுக்கொள்ள முடியா திருப்பது மிகவும் மனம் வருந்தத்தக்கது. கவி தைகளின் தாய் கிராமியக் கவிக்கு தேசிய விருது வழங்கப்படாமை இவர் போன்ற எத்தனை உள்ளங்களில் ஆறாத காயங்களை ஏற்படுத்தியி ருக்கும் என்பதை யாரறிவார்......... விரைவில்.. கவிதை தொகுதி ஒன்று கண்சி மிட்டிக் கொண்டருக்கிறது. மிக விரைவில் புலர் பொழுதொன் றில் பிரசவிக்க சகல முயற்சிக ளுடன் இருக்கின்றார். வாசகர் களோடிணைந்து ஒளியரசியும் எதிர்பார்த்திருக்கிறாள்.

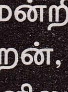
வே.முல்லைத்தீபன்

பென்சில் ஓவிய ஆளுமை

கிருபானந்தவாரியார்

திருமுருக கிருபானந்த வாரியார்
(ஆகஸ்ட் 25, 1906
நவம்பர் 7, 1993)
சிறந்த முருக பக்தர். தினமும்
ஆன்மீக சொற்பொழிவுகளை
நிகழ்த்துவதையே
தவமாகக்கொண்டு வாழ்ந்தவர்.
சமயம், இலக்கியம், மட்டுமன்றி
பேச்சுத்திறன், எழுத்துத்திறன்,
இசை போன்று பல துறைகளிலும்
ஆழ்ந்த புலமை பெற்றவர்.
''அருள்மொழி அரசு'', என்றும்
''திருப்புகழ் ஜோதி'' என்றும்
அனைவராலும் பாராட்டப்பட்டவர்.

இம்மாத **பென்சில் ஓவியம்** by YOGA



yoganads@gmail.com
0754419019

இளவயது திருமணத்தின் சீரழிவு

அழகிய குடும்பங்களை உருவாக்கும் அன்புப் பிணைப்பாக திருமணங்கள் காணப் படுகின்றன. குழந்தைகள் பெறுவது முதல் குடும்பங்களாக இணைதல் வரை திரும ணத்தின் பணி தொடர்கிறது. திருமணத்தின் முலம் சிலரது வாழ்க்கை இனிதாய் அமைந் துவிடுகிறது.

ஆனால் சிலரது வாழ்க்கையோ சீர்கு லைந்துவிடுகிறது. அது ஆணாகவோ பெண் ணாகவோ இருக்கலாம். இப்படிப்பட்ட சந்தர்ப்பங்களில் திருமணத்தில் வெற்றி கண்டவர்கள் திருமணம் என்பதை உயர்வா கவும் அது வாழ்க்கைக்கு அவசியமானது என்றும் திருமணத்திலே தோல்வி கண்ட வர்கள் திருமணத்தைப்பற்றி தாழ்வாகவும் அது வாழ்க்கைக்கு அவசியமற்றது என்ற தொனியிலும் பேசுவார்கள். எப்படியா யினும் ஒவ்வொருவரின் அமைப்பினைப் பொறுத்து திருமணமானது சிறப்பாகவும் சிக்கலாகவும் அமையும்.

யாருமே திருமணம் முடிக்கும் போது கெட்டவர்களையோ பிழையானவர்க ளையோ துணையாக தேர்ந்தெடுப்ப தில்லை. இருப்பவர்களுக்குள் மிகவும் சிறப்பானவர்களையே தேர்ந்தெடுக்கி றார்கள். ஆனாலும் சிலர் அதில் தவறுவிடு கிறார்கள். அன்று ஒரு தாயும் அவரது மக ளும் கைகக்குழந்தை ஒன்றுடன் நீதிமன்றம் வந்திருந்தார்கள். 22 வயது நிரம்பிய தனது மகள் அவரது கணவனிடம் இருந்து தாப ரிப்புப் பணம் கேட்டு வழக்குத்தொடர வேண்டும் அதற்கு நாங்கள் என்ன செய்ய வேண்டும் என்று தெரிந்துகொள்ளவே வந் திருந்தார்கள். வெளி மாகாணம் ஒன்றிலி ருந்து கூலித்தெழிலுக்காக வந்த 26 வயது நிரம்பிய ஒருவரை தனது மகளுக்கு 20வய தில் திருமணம் முடித்துக்கொடுத்திருக்கி றார்கள். சில காலங்கள் வாழ்ந்துவிட்டு கொழும்புக்கு தொழிலுக்குச் செல்வதாகக் கூறிவிட்டு சென்றவர் இதுவரைக்கும் எது விதத் தகவலும் இல்லையாம். முன்று மாத குழந்தையுடனே அவர்கள் வந்திருந்தார்கள்.

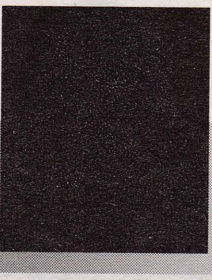
அவரது குடும்பத்தவர்களுடன் பேசிப்பார்க்கவில்லையா எனக் கேட்ட போது அவரது தேசிய அடையாள அட்டை யிலிருந்த முகவரியைப்பார்த்து ஒரு தடவை அவரது ஊருக்கு கர்பிணியாக இருந்தபோது சென்றோம் ஆனால் குடும்பத்தவர்களோ அவர் திருமணம் முடித்ததோ, தற்போது எங்கே இருக்கிறார் என்றோ எங்களுக்கு

எதுவும் தெரியாது என்று கூறியிருக்கிறார்கள். மீண்டும் வீடு திரும்பியவர்கள் அவரைத் தேடும் முயற்சியை விட்டுவிட்டு தந்தையின் உழைப்பிலே ஒருவாறாக குடும்பத்தை நடத்தி வந்திருக்கிறார்கள். குறி பார்த்து குடும்பத்தை நடத்திவந்த தந்தை கடந்த மாதம் மரணித்துவிட்டார். தங்களால் முடிந்தளவு குடும்பத்தை நடாத்திச்சென்ற இவர்களுக்கு இனி இயலாது என்ற கட்டத்தில் நிதிமன்றிற்கு வந்திருக்கிறார்கள். தற்போது எவ்வாறு வருமானம் கிடைக்கிறது என வினவியபோது அவர்களது பதில் கண்களை கலங்கவைத்தது. வீடுகளுக்கும், முஸ்லிம்களின் பள்ளிகளுக்கும் இக்குழந்தையுடன் சென்று யாசகம் எடுக்கிறார்களாம். தற்போதும் நீதிமன்றிலிருந்து பள்ளிவாசலுக்குத்தான் செல்லப்போகிறோம் வெள்ளிக்கிழமை என்பதால் சற்று அதிகமாக பணம் கிடைக்கும் என்றார்கள்.

மூன்று மாத குழந்தையுடன் இக்குடும்பம் அலைகின்ற நிலையைப்பார்த்தால் எவருக்கும் பரிதாபம் வராமல் இருக்கமுடியாது. நன்றாக கூலி வேலை செய்து பணம் சம்பாதிக்கிறான் என்பதற்காக வெறும் தேசிய அடையாள அட்டை அடையாளத்தை மாத்திரம் வைத்துக்கொண்டு சிறுபிள்ளைக்கு திருமணம் முடித்துக்கொடுத்து இப்போது கைப்பிள்ளையுடன் அலைந்து திரிகிறார்கள். திருமணம் என்பது பொறுப்புக்கழிக்கும் ஒரு செயற்பாடு அல்ல என்பதை பெற்றோர்கள் முதலில் புரிந்துகொள்ளவேண்டும். பெண் பிள்ளைகளுக்கு வயது வந்துவிட்டால் அவர்கள் ஒரு சுமை என்ற எண்ணத்தினை மாற்றவேண்டும். எப்படியாவது திருமணம் முடித்துக்கொடுத்துவிட வேண்டும் என்ற எண்ணத்திலே இருக்காமல் நல்ல இடத்தில் நன்றாக வாழக்கூடிய இடத்தில் திருமணம் முடித்துக்கொடுக்க வேண்டும் என்ற எண்ணத்தினை மனதில் வையுங்கள். குடும்பம் கஸ்டப்படுகிறது என்பதற்காக மீண்டும் கஸ்டத்திலே விழுந்துவிடாமல் சற்று விழிப்பாக இருந்து பிள்ளைகளுடைய வாழ்க்கை விடயத்தில் சிறந்த முடிவுகளை எடுக்க முயற்சி செய்யுங்கள்.

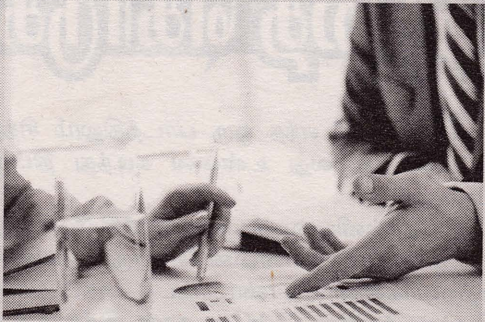
ஸஹீட். எச். சப்ரீன்,
சமுதாய சீர்திருத்த உத்தியோகத்தர்,
மருதமுனை.

பிறந்தநாள் வாழ்த்து



பகீரதன் ரஸ்வினா
04/05/2017
பருத்தித்துறை

சேர்.. மாக்கெற்றிங்



சேர், நாங்க பிள்ளைகளின் ஆங்கில அறிவை வளர்க்கிறதுக்காக ஒரு பக்கேஜ்ஜை அறிமுகப்படுத்துகிறோம் சேர், உங்களுக்கு பத்து வயதுக்கு குறைந்த பிள்ளைகள் இருந்தால் ரொம்ப யூஸ் புல்லாக இருக்கும் சேர்

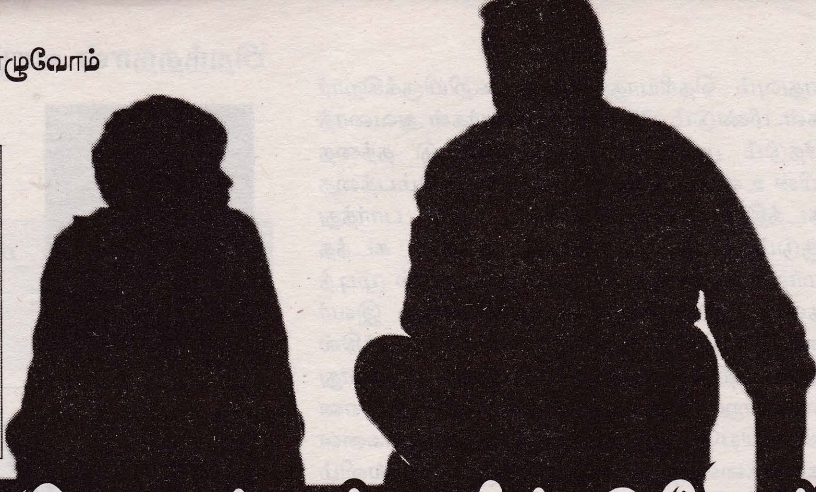
உங்கட பக்கேஜில் என்ன இருக்கு?

நிறையஇருக்குசேர், வொக்காப்புலறிஸ்!, எக்ஸ்ஸசைஸ்! நிறையசேர், நிறைய டொக்ரர்ஸ் இதை யூஸ் பண்றாங்க சேர்! ஒரு பக்கேஜ் ஐம்பதாயிரம் ரூபா. நீங்க இன்ஸ்ரோல் மென்றில கொடுக்கலாம் சேர்

ஓ! டொக்ரர்ஸ் கூட பாவிக்கிறாங்களா? அப்ப மாத்திரையாக தருகிறீங்களா? நோ சேர், அவங்கட பிள்ளைகளுக்கு சேர்.. நீங்க ஒன்றும் செய்யத்தேவையில்லை சேர், ஒரு நாளைக்கு வண்ணவர் (1 மணித்தியாலம்) மெனக்கட்டால் போதும் சேர்.

நான் ஒரு நாளைக்கு ஒரு மணித்தியாலம் மெனக்கெட்டால் உங்கடபக்கேஜ் எதுக்கு? நான் மெனக்கெடாத மாதிரி ஒரு பக்கேஜ் கொண்டு வாங்கசேர்.

மானிப்பாய்சுதன்.



சாதாரண தரத்தில் எல்லா பாடங்களுக்கும் F எடுத்து தோல்வியடைந்த மகனுக்கு...

தந்தை கொடுக்கும் பதில் இதோ!!

மகனே நீ எந்த ஒரு பாடத்திலும் சித்தியடையவில்லை என்பதையிட்டு நான் வருத்தப் படவோ அல்லது உன்னை கடிந்து திட்டித் தீர்க்கவோ இல்லை,உன்னால் முடிந்ததை நீ செய்தாய்,

நீ தோல்வியடைந்த மனவிரக்தியில் இருப்பாயானால் அதிலிருந்து மீட்டு எடுக்க வேண்டிய முதற் கடப்பாடு என்னையே சாரும். தயவு செய்து உன் தோல்வியில் மனமுடைந்தோ அல்லது மற்றவர்களின் கொண்டாட்டத் தைப் பார்த்து தயக்கமோ அடையாதே , ஏனெனில் வெற்றி பெற்றவர்களின் பின்னே தான் இந்த உலகமே நிற்கும் , தோல்வி அடைத்தவர்களை உதறி த்தள்ளும் ஆனால் தோல்வி அடைந்தவர்கள் தான் வாழ்கையில் அதிகம் வெற்றி பெறுகிறார்கள் என்ற உண்மை உனக்குப் புரிவதோடு வெற்றிக்காக நீ உழைக்கத் தொடங்க வேண்டும்.

ஆண்டவன் கூட பிறப்பிலேயே சிலருக்கு அறிவை நிறையக் கொடுத்து மற்றவர்களை சோதிக்கிறான், கல்வி அறிவு நிறையப் பெற்றவர்களெல்லாம் வாழ்க்கையில் வெற்றி பெர்றவர்களல்ல , வாழ்க்கையில் வெற்றி பெறுவதற்கான அறிவும் , வழியும் அனுபவங்களும் முற்றிலும் வேறானவை. ஓடம் கவிழ்ந்த பொழுது நீந்தத் தெரியாத மிகப் பெரும் கல்விமான் மூழ்கி இறந்து விடுகிறான் , நீச்சல் தெரிந்த பாமரன் பிழைத்து விடுகிறான்.

கல்வியறிவு எதுவும் இல்லாது ஏன் எழுதப் படிக்கக் கூடத் தெரியாத நான் மிகவும் உயர்ந்த கல்வி கற்றவர்களுக்கு நிகரான வாழ்க்கையை அமைத்துக்கொள்ளவில்லையா ,ஏன் எவரிடமும் கையேந்தி நிற்காமல் எனது சிறு தொழில் நிறுவனத்தினைத் தொடங்கி நடத்தவில்லையா, மற்றவர்களுக்கு வேலை வாய்ப்பு அளிக்கவில்லையா , முடிந்தளவு ஏழைகள் மற்றும் வேண்டப்பட்டோருக்கு உதவவில்லையா, வங்கிகள் மற்றைய நிறுவனகளுடன் நான் கொடு க்கல் வாங்கல் செய்யும் அறிவு எங்கிருந்து வந்தது, இவை எனது அனுபவக் கல்வியால் வந்தவை.

நீயும் உனது வாழ்க்கையை நீயே செதுக்கிக் கொள் ,எங்கள் கல்வி முறைமையும் பரீட்சை முறைமையும் உனக்குள் ஒளிந்திருக்கும் திறமையை வெளிக்கொண்டு வரப் பொருத்தமானதாக இல்லை என்பதைப் புரிந்து கொள் , கல்வியிலே உச்சம் பெற்ற பட்டதாரி மாணவர்கள் வேலை கேட்டு வீதிக்கிறங்கி போராடும் நிலைக்கு தள்ளியது தான் எங்கள் கல்வி முறை , கடவுள் ஒவ்வொருவருக்கும் பிறப்பிலேயே ஏதோ ஒரு தகமையைக் கொடுத்துள்ளான், அது எது எனக் கண்டு பிடி , அதில் உனது கடின உழைப்பைச் செலுத்து தன் நம்பிக்கையையும் நேர்மையையும் உனது மூலதனமாகக் கொள் , நீயே உனது சொந்தக் காலில் மற்றவர்களுக்குக் கையேந்தாமல் ஒரு தொழிலைக் கற்றுக்கொள் , ஏன் கற்றவர்களுக்கு தொழில் வாய்ப்பைக் கொடுக்குமளவுக்குக் கூட நீ முன்னேற முடியும்.

(தோல்வியடைந்தவர்களுக்கு ஆறுதலாகவும் தன்னமிக்கையாகவும் இருக்க ஒரு பதிவு வேண்டும் எனும் நோக்கில் எழுதப்பட்டது நன்றி.)

அருளானந்தன் பொன்னையா

கடிதம்

அன்புள்ள நண்பி மேகலாவிற்கு

உன் அன்பு நண்பன் சிவா எழுதிக்கொள்வது, மிகுந்த வேதனையின் உச்சத்திலிருந்தே இம்மடலை உனக்கு எழுதுகின்றேன். கல்லூரியில் நாம் படித்த காலத்தில் ஆஷாவுக்கும் எனக்குமான காதல் கல்யாணம் வரை செல்ல உதவியவள் நீ தானே. இவ்வேளையில் என் மன வேதனையை உன்னுடன் பகிர்வதே என் மனவேதனைக்கு மருந்தாக இருக்கும் என எண்ணி இம்மடலை வரைகின்றேன்.

நான் பிரான்ஸ்ஸிற்கு வந்து சில மாதங்களில் கமலைச் சந்தித்தேன். உனக்கும் அவனைத் தெரியும் தானே, ஒன்பதாம் தரம் வரை எங்களோடு ஒன்றாய் படித்தவன், அதன் பின்னர் தந்தை இங்கிருந்ததால் குடும்பத்துடன் பிரான்ஸ் வந்தவன். நான் இங்கு வந்த புதிதில் எனக்கு அதிக உதவிகள் செய்தவன். புது இடம், புதிய சூழல், புதிதான அனுபவங்கள், என நான் திணறிய போது எனக்கு பல வகையில் ஒத்தாசையாக இருந்தவன். அவனை என் வாழ்வில் சந்தித்தது பெரும் பேறு என்றே கருதினேன். அவனுக்கும் எனக்குமான உறவும் எனது வாழ்க்கையும் நன்றாகவே சென்றுகொண்டிருந்தது. இவ்வேளையில் தான் எங்கள் திருமணம் நடந்தது.

ஆஷா இங்கு வந்து எட்டு மாதங்கள் தான் ஆகின்றது. நான் காலை 7.00 மணிக்கு வேலைக்குச்சென்றால் மாலை 7.00 மணிக்குத்தான் திரும்புவேன். ஆஷா வேலைக்குச் செல்வதில்லை. கமல் திருமணமாகாத தனிக்கட்டை. வாழ்க்கை எப்போதும் மகிழ்ச்சியாக இருக்கவேண்டும் என எண்ணுபவன். நான் வேலை முடிந்து வந்த பின்னரும் எனது லீவு நாட்களிலும் எங்களோடு வந்து பொழுதைக் கழிப்பான்.

நட்பு என்பது துன்பத்தின் போது கைகொடுத்து உதவுவதற்கும் நண்பன் தவறு விடும் போது அந்த தவறை திருத்தி மேலும் தவறு விடாதிருக்க ஆலோசனை கூறுவதற்கும் உதவவேண்டும். தூயநட்பு என்றுமே அழிந்து விடாது. எதையும் அழித்தும்விடாது. சரியாக எடைபோட்டு தெரிவுசெய்யும் நட்பால் என்றுமே கெடுதல் இல்லை. அது எப்போதும் எங்கள் வாழ்க்கையை சேதப்படுத்தாது. நண்பர்களைத் தெரிவுசெய்யும் போது எப்போதும் விழிப்பாக இருக்கவேண்டும். நண்பர்களில் நல்லவர்கள் கெட்டவர்கள் என தெரிவுசெய்வது கடினம் எனினும் நண்பர்களை சிறிது எட்டவைத்தே பழகவேண்டும் என எண்ணத் தோன்றுகின்றது.

நான் எனது உயிர் நண்பனான கமலால் சீரழிந்துவிட்டேன். எனது வாழ்வை தொலைத்துவிட்டேன். நான் வேலைக்குச் சென்றதும் அவன் வீட்டிற்கு வந்து ஆஷாவுடன் அரட்டை அடிப்பான். அவளும் எனது நண்பன் என்ற வகையில் பழகிவந்தாள். காலங்கள் ஓடிய போது கமலின் போக்கு, அரட்டை அடிப்பதில் உள்ள மகிழ்ச்சி என்பவற்றின் காரணமாக அவர்களுக்கான உறவு வேறு விதமாக மாற்றமடைந்துவிட்டது.

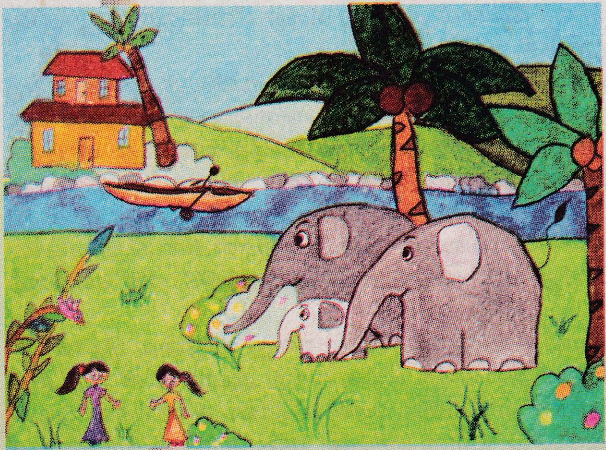
ஒருநாள் நான் மதியத்துடன் வீடு திரும்பிய போது இருவரும் ஒன்றாக உணவு உண்பதைக்கண்டு ஏங்கிப்போனேன். இது பற்றி கமலோ மனைவியோ இதுவரை என்னிடம் இது பற்றி எதுவும் கூறவில்லை. சற்று உற்று நோக்கிய போது தான் உண்மை தெரிந்தது. எனது வாழ்வில் முதலாவது தடை ஏற்பட்டதை உணர்ந்தேன். அவர்கள் ஒன்றும் இது பற்றி அலட்டிக்கொள்ளவில்லை.

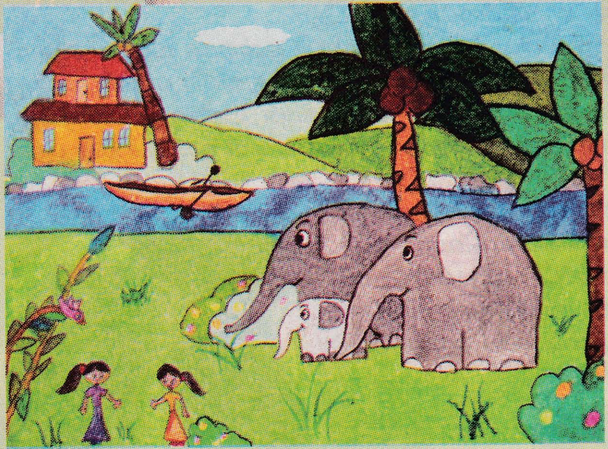
சில நாட்களில், நான் கமலுடன் வாழவிரும்புகிறேன் எனத் தெளிவாக கூறிவிட்டாள். ஒன்பது மாதங்களில் வெளிநாட்டுப் பாணியை கற்றுக்கொண்டு என்னை விட்டு விலகிவிட்டாள். இப்போது நான் மனது மரத்துப் போனவனாய் வாழ வழிதெரியாதவனாய் நிற்கின்றேன். உனக்கு இம்மடலை வரைந்ததில் ஏதோ பாரம் குறைந்தது போல உள்ளது.

இத்துடன் முடிக்கிறேன்.
இப்படிக்கு
அன்பு நண்பன் சிவா

சி. நற்குணலிங்கம்
நெல்லியடி.

பலூன் கோர்வைக்குள் உள்ள சொற்களை ஒழுங்கு படுத்தி அதற்குள் ஒளிந்திருக்கும் தத்துவத்தை கண்டு பிடிக்க





இரண்டு படத்திற்கும் இடையேயுள்ள 5 வித்தியாசங்களை கண்டுபிடியுங்கள்...

விடைகள் 63 ஆம் பக்கத்தில்

பெண் என்பவள் பேரின்பத்தின் சுவடாய் விளங்குபவள். ஆற்றலும் ஆளுமையும் கொண்ட பெண்களாலேயே ஆளுமை மிக்க சமூகத்தினை உருவாக்கமுடியும். அந்த வகையில் பெண் ஆளுமைகளை அடையாளப்படுத்தும் ஒளிஅரசியின் நட்சத்திர இல்லத்தரசி பகுதியில் இம்மாத நட்சத்திரமாக ஒளிர்பவர் யாழ்ப்பாண கூட்டுறவுச் சபையின் செயலாளர் திருமதி வேதவல்லி செல்வரத்தினம்.

கல்வி தன்னம்பிக்கை முயற்சி

வேதவல்லி செல்வரத்தினம்

1) உங்களைப்பற்றிய அறிமுகம்?

திருமதி வேதவல்லி செல்வரத்தினம். மல்லாகம் மகாவித்தியாலயம், பண்டத்தரிப்பு மகளிர்கல்லூரி ஆகிய பாடசாலைகளில் கல்வி கற்றேன். யாழ் பல்கலைக்கழகத்தில் முதுகலைமானி பட்டம் பெற்றுள்ளேன். எனது கணவர் யாழ்பல்கலைக் கழகத்தில் பதவி நிலை தொழிநுட்ப உத்தியோகத்தராக கடமையாற்றி வருகின்றார். எங்களுக்கு ஒரு மகன் அவர் ஒரு பொறியியலாளர்.

நான் கூட்டுறவுத்துறையில் 35 வருடங்களாக தொடர்ந்து பணியாற்றி வருகின்றேன். தற்போது யாழ்ப்பாணம் மாவட்டக் கூட்டுறவுச்சபையின் செயலாளராக பணிபுரிகின்றேன்.

2)ஒரு ஆளுமை மிக்க பெண்ணாக விளங்கும் நீங்கள் இன்றய பெண்களுக்கு கூறவிரும்புவது? (அதாவது இல்லத்தரசிகளுக்கு)

பெண்களின் முன்னேற்றத்திற்கு அடிப்படை உயரிய கல்வியும், தளராத தன்னம்பிக்கையும், இடைவிடாத முயற்சியும். இம் மூன்றும் மிக முக்கியத்துவம் வாய்ந்தது. தளராத தன்னம்பிக்கையுடன் பெண்கள் முயற்சி உடையவர்களாக இருந்தால் வாழ்வில் வெற்றி பெற முடியும்.

இல்லத்தின் அரசி பெண் தானே எந்த ஒரு கார்யத்திலும் திட்டமிட்டு கண்ணும் கருத்துமாக சமயோசித புத்தியுடன் வரவுக்கு ஏற்ற செலவு செய்து குடும்பத்தை முகாமை செய்தால் கவலைக்கே அங்கு இடமில்லை. இல்லத்தரசிகள் எப்போதும் சிக்கனமாக வாழப்பழக வேண்டும். சிக்கனத்திற்கு ஆடம்பரமே முதல் எதிரி. எனவே ஆடம்பரத்தை செய்ய முற்படும் பொழுது கடன் தொல்லையின்றி அங்கே சேமிப்பும் மிஞ்சும். ஒரே கல்லில் இரண்டு மாங்காய் என்பது போல் இரட்டிப்பு பலன்கள் கிடைக்கிறது.

நாம் எமது நிலையில் திருப்திப்படாது நம் பொருளாதார நிலையுடன் மற்றவர்களின் பொருளாதார நிலையை ஒப்பிட்டுப் பார்ப்பதும், வரட்டுக் கௌரவத்துடன் வாழப் பேராசை கொண்டு கடன் சுமையை அதிகரிப்பதும் போன்றவை நமது இன்னல்களுக்கு நாமே வழி அமைத்துக் கொள்வதாக அமையும் என்பதை உணரவேண்டும்.

போதும் என்ற மனமே பொன் செய்யும் மருந்து என்பதை கருத்தில் கொண்டு எமது குடும்ப வருவாய்க்கு ஏற்ப குடும்பத்தை முகாமை செய்து பிள்ளைகளுக்கு இயலுமானவரை நல்ல கல்வி வாய்ப்பை பெற்றுக் கொடுத்து கணவர், சகோதரர், உற்றார் அனைவருடனும் நல்ல உறவை மேம்படுத்தி குடும்ப வாழ்வை மகிழ்ச்சியாக வாழ்ந்து சிறந்த இல்லத்தரசியாகவும் அதே நேரத்தில் ஆற்றலுக்கு ஏற்றவகையில் நல்ல சமூக பணிகளை மேற்கொள்பவர்களாகவும் பெண்கள் இருப்பது சிறப்பாகும்.

3) குடும்ப நிர்வாகம் தொழில் நிர்வாகம் இரண்டையும் முகாமை செய்வது சிரமமில்லையா?

ஒரு பெண் இரண்டு நிர்வாகங்களையும் முழுமையாக செய்வது மிகவும் சிரமமானது. இந்த விடயத்தில் நான் மிகவும் கொடுத்து வைத்தவர் என நினைக்கின்றேன். குடும்ப வேலைகளில் ஐம்பது வீதத்திற்கு மேல் என்று கூட சொல்லலாம் எனது கணவர் பங்கெடுத்துக் கொள்வார். அவர் மிகவும் புரிந்துணர்வு மிக்கவர். அதனால் எனது தொழில் நிர்வாகத்தில் நான் கூடுதலான நேரத்தை செலவு செய்யும் வாய்ப்பு கிடைக்கிறது.

பொதுவாக வேலை செய்யும் பெண் ஒருவருக்கு கணவர் பக்கபலமாக குடும்ப வேலைகளில் சமமாக பங்கெடுப்பார் என்றால் இரண்டு விடயங்களையும் செய்வதில் சிரமம் அதிகம் இருக்காது என நம்புகிறேன்.

4) இன்றைய இளைஞர் யுவதிகளுக்கு நீங்கள் கூறவிரும்புவது?

இன்றைய இளைஞர்கள் யுவதிகள் அறிவில் சிறந்தவர்களாக இருக்கின்றார்கள். மாறிவரும் உலக மாற்றத்திற்கு ஏற்ப தங்களையும் தயார்படுத்துகிறார்கள், இன்றைய நவீன தகவல் தொழில்நுட்ப வளர்ச்சி நிறைய வாய்ப்புக்களை பெற்றுக்கொடுக்கிறது. பெற்றோர்களும் தங்களுக்கு கிடைக்காத வாய்ப்புகளை பிள்ளைகளுக்கு பெற்றுக்கொடுப்பதற்காக கடினமாக உழைக்கிறார்கள். இதனால் அநேக இளைஞர்களும், யுவதிகளும் கல்வியில் முன்னேறி வருகின்றார்கள்.

எனினும் பெண்கள் இளவயதில் இருந்தே வீட்டு வேலைகளில் பங்கெடுத்தல், சமூக, சமய, எமது பாரம்பரியங்களை பின்பற்றுதல், சிக்கனமாக வாழப்பழகுதல், போன்றவற்றையும் கற்றுக்கொள்ளுதல் வேண்டும். என்னதான் உலகம் வேகமாக மாறினாலும் எந்த ஒரு ஆண்மகனுக்கும் பெண்பார்க்கும் பெற்றோர் தமது மருமகள் படித்தவர் உத்தியோகம் பார்ப்பவர் என்பதற்கு அப்பால் எமது சமூக பாரம்பரியங்களுக்கு அமைய குடும்பம் நடத்துவாளா? என்றே பார்ப்பார்கள். சினிமா மற்றும் தொடர் நாடகங்களில் வருவது போல அல்ல நிஜ வாழ்க்கை. எனவே பெண்கள் எமது சமூக பாரம்பரியங்களை ஒரு கட்டுப்பாடாக நினைக்காது அதனை பின்பற்றவேண்டிய கடப்பாட்டை உணர்ந்து, இளவயதில் இருந்தே சமூகப்பொறுப்பை உணர்ந்து பொறுப்பானவர்களாக வாழப் பழகினால் பின்னர் சிறந்த குடும்ப பெண்ணாகவும், நிர்வாகியாகவும், சமூக சேவகியாகவும் வாழ முடியும். அதேபோன்று இளைஞர்களும் கிடைக்கும் வாய்ப்புகளை முன்னேற்றத்திற்காக பயன்படுத்த வேண்டும். இன்று இளைஞர்கள் பலர் தவறான வழியில் சென்று கொண்டிருக்கிறார்கள் என்பதை அன்றாடம் செய்திகளில் படிக்கின்றோம்.

இளமைக்காலம் மனித வாழ்வில்

மிகவும் அற்புதமான காலப்பகுதி. இக்காலத்தில் தமது வாழ்வின் வெற்றிக்காக கடினமாக உழைக்காவிட்டால் மறைமுகமாக தோல்விக்கு வழி அமைத்தவர்களாகி விடுவார்கள். இளைஞர், யுவதிகள் தமது எதிர்கால இலக்கை நிர்ணயம் செய்து அதற்காக கடினமாக உழைத்து வாழ்வில் வெற்றிபெற தமது இளமைக் காலத்தை முழுமையாக பயன்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். இல்லையேல் காலம் கழிய கவலை அடைய வேண்டிவரும் என்பதை உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும்

5) உங்கள் ஆளுமையின் வழிகாட்டியாய் நீங்கள் கருதுபவர்?

நான் மிக இளவயதில் இருந்தே கூட்டுறவுத்துறையுடன் நெருங்கிய ஈடுபாடு கொண்டவர். குறிப்பாக கூட்டுறவு மகளிர் நடவடிக்கையில் மிகவும் ஆர்வமாக செயற்பட்டவர். அக்காலத்தில் கூட்டுறவு மகளிர் தலைவியாக இருந்த கோப்பாயை சேர்ந்த ஆசிரியர் வேதவல்லி கந்தையா அவர்களை எனக்கு நன்கு பிடிக்கும். எனது பெயர் என்பதால் மட்டுமல்ல எனக்கு பிடித்த துறையான கூட்டுறவுத் துறையில் மகளிர் மேம்பாட்டிற்காக அவர் ஆற்றிய பணிகள் எனக்கு வழிகாட்டியாக அமைந்தது.

6) நீங்கள் பெருமையாய் எண்ணும் விடயம்?

நான் கடமையாற்றும் யாழ்ப்பாணம் மாவட்டக்கூட்டுறவுச்சபை இலங்கையிலுள்ள 27 மாவட்டக் கூட்டுறவுச்சபைகளிலும் மிக சிறப்பான சபையாக செயற்படுவது. 2016ம் ஆண்டு இலங்கை தேசிய கூட்டுறவுச்சபையும், கொழும்பு கூட்டுறவு அபிவிருத்தி திணைக்களமும் இணைந்து நடாத்திய மதிப்பீட்டில் இலங்கையில் முதலவது மாவட்டக் கூட்டுறவுச் சபையாக தெரிவு செய்யப்பட்டு அதற்கான விருதை தாமரைத் தடாகத்தில் நடைபெற்ற சர்வதேச கூட்டுறவு தின விழாவில் இலங்கை கூட்டுறவு அமைச்சரிடம் இருந்து பெற்றுக் கொள்ளும் வாய்ப்பை பெற்றமை.

7) வாசிப்பு என்பது மிகவும் அருகி வருகிறது இதுபற்றிய உங்கள் கருத்து?

வாசிப்பு மனிதனை பூரணமாக்கும் என்பது யாவரும் அறிந்தது. இப்பழக்கம் கூட பாடசாலை மாணவ பருவத்தில் இருந்தே வளர்த்தெடுக்கப்பட வேண்டும். நாங்கள் கல்வி கற்ற காலத்தைவிட இன்றய கல்வி முறைகள் மாற்றம் பெற்று வருகின்றது. ஆசிரியர்களுக்கும் இன்று கற்பித்தலோடு தொடர்புடைய பணிகள் அதிகம். எனவே மாணவர்களை முழுமையாக எல்லா விடயங்களையும் பயிற்றுவிக்கமுடியும் என எதிர்பார்க்க முடியாது. பெற்றோர்கள் தினமும் சிறிது நேரம் ஒதுக்கி பிள்ளைகளை புத்தகங்களை வாசிக்கும் பழக்கத்தை வழக்கமாக்கிக் கொள்ளுதல் வேண்டும்.

8) ஒரு திணைக்கள அதிகாரி தன் பணியாளர்களிடம் எவ்வாறு நடந்து கொள்ள வேண்டும் என்பது பற்றிய உங்கள் கருத்து?

இது ஒரு பெரிய கேள்வி. சுருக்கமாக பதில் கூறின் பணியாளர்கள் தமது தேவைகளை நிறைவேற்றவே வேலைக்கு வருவார்கள். எல்லோரும் ஒரே மதிரியான நடத்தை உடயவர்களக இருக்கமாட்டார்கள். எல்லோரையும் ஒரே மாதிரியாக முகாமை செய்யவும் முடியாது. அவர்களது தனிப்பட்ட இன்ப, துன்பங்களை ஒதுக்கி விடவும் முடியாது. எனவே பணியாளர்களின் நடத்தையை புரிந்து அதற்கு ஏற்ற வகையில் அவர்களை கையாளவேண்டும்.

வேறு நீங்கள் கூற விரும்புவது?

மங்கையரின் தோழியாக வெளிவரும் ஒளிஅரசி சஞ்சிகை மிக சிறப்பாக வெளிவருவதையிட்டு மகிழ்ச்சியடைகிறேன். மாணவர்கள், பெண்கள் இளைஞர், யுவதிகள் இன்னும் பலரும் பயன் பெறும் வகையில் வெளிவரும் இச்சஞ்சிகை மென்மேலும் பெருமை அடைய வாழ்த்துகிறேன்.

கூட்டுறவுத்துறையின் முத்தாக திகழும் இவர் தனது பணியாளர்களுடன் ஒன்றாக அமர்ந்திருந்து மதிய உணவினை உண்டு கொண்டிருந்த ஒரு பொழுதே இவரைச் சந்திக்கும் வாய்ப்பு கிடைத்தது. பணியாளர்களின் மனங்களை வெல்லும் கலையில் இவர் வெற்றி பெற்றிருக்கின்றார் என்பதே யாழ்ப்பாண கூட்டுறவுச் சபையின் வெற்றிக்கான காரணம் என எண்ணத்தோன்றுகின்றது. இவரது வளர்ச்சி இன்னும் அபாரமாய் அமையவேண்டும் என வாழ்த்தி விடைபெற்றோம்.

நேர்காணல் ஜயிலா

ஜனதன் - மட்டுவில்

நிஜவதையாகும் பகிடிவதை

சிரேஷ்ட மாணவர்கள் சிந்திப்பார்களா?

சமூக விழிப்புணர்வு சார்ந்த விடயங்களை மாதாந்தம் வாசகர்களுடன் அலசி வரும் ஒளிஅரசியானது இம்மாதம் பல்கலைக்கழகங்களில் இடம்பெறும் பகிடிவதை சம்பந்தமாக ஆராயவுள்ளது.

புதிய பிரிவு மாணவர்கள் பல்கலைக்கழகம் வரும்போது ஏற்கனவே கற்றுக்கொண்டிருக்கும் மாணவர்களுடன் அறிமுகமாவதையே பகிடிவதை எனக்கூறுகின்றனர். மாணவர்களுக்கிடையிலான தன்னம்பிக்கை, மனதைரியம், வெற்றிகொள்ளும் திறன் என்பவற்றை வளர்க்கும் நோக்கிலேயே இது அறிமுகம் செய்யப்பட்டு வெற்றியும் அளித்திருக்கிறது. ஆனால் இன்றைய அதன் எல்லை மீறலே பல கசப்பான அனுபவங்களையும் எண்ணங்களையும் தந்திருக்கிறது.

இளையோர் மூத்தோருக்கிடையிலான அறிமுகப்படுத்தல் சுவாரஷ்யமானதாய் அமைந்து என்றென்றும் மனதில் அழியா நினைவுகளை தரவேண்டும் என்னும் நோக்கிலேயே இச்செயற்பாடு ஆரம்பிக்கப்பட்டதெனினும் பகிடிவதை என்பது நிஜவதையாகியுள்ள காலம் இது. அண்மையில் கிழக்கு பல்கலைக்கழகத்தில் இடம்பெற்ற பகிடிவதையின் தாக்கத்தினை ஊடகங்கள் வாயிலாக அறியமுடிந்தது. இயல்பிலேயே இரக்கசிந்தை கொண்டவர்கள் என வர்ணிக்கப்படும் பெண்களும் இவ்வாறான துர்ச்செயற்பாடுகளில் ஈடுபடுகின்றனர் என்பதே மிகவருத்தத்திற்குரிய விடயமாகும். பல்கலைக்கழக மாணவர்களின் சட்டத்தை மிஞ்சிய இச்செயற்பாடானது கல்விசார் உலகில் முகம் சுளிக்கவைத்ததொரு விடயமாகும். கீழ்காணும் தகவலானது வறுமையைப் போக்க போராடிய ஒரு மாணவனை மீண்டும் வறுமைக்குள் தள்ளிய ஒரு மிகக்கொடிய சம்பவமாகும்.

யாழ். பல்கலைக் கழக பகிடி வதையினால் கல்வியை இழந்து தவிக்கும் இளைஞனின் தந்தையின் உள்ளக் குமுறல்

யாழ். பல்கலைக் கழக பகிடிவதையினை கல்வியை இழந்து தவிக்கும் கிளிநொச்சி திருநகர் இளைஞனின் தந்தையின் உள்ளக் குமுறலை போக்க பல்கலைக்கழகம் பத்திரிகைச் செய்தியின் பின்னராவது முன்வரவேண்டும் என மூத்த கல்வியாளர்கள் கோரிக்கை விடுக்கின்றனர்.

இவர் 2016ம் ஆண்டு வர்த்தகப் பிரிவில் இணைந்து கல்வி கற்ற நேரம் 3 மாதங்கள் மட்டுமே கற்றல் நடவடிக்கையில் ஈடுபட்ட சமயம் சக மாணவர்களின் பகிடி வதை கட்டுக் கடங்காமலே சென்றுள்ளது.

தினமும் கல்வி கற்கச் செல்லும் மன நிலை மாறி ஏதோ கசாப்புக் கடைக்குச் செல்லும் பலி ஆட்டின் நிலையினை உணர்ந்துள்ளார்.

திருநகரில் பிறந்து கனகபுரம் மகாவித்தி

ஆண்டில் வர்த்தகப் பிரிவில் பல்கலைக் கழகத்திற்கு தகுதி பெற்று தமிழர்களின் கலாசார மையம் என வர்ணிக்கப்படும் யாழ். பல்கலைக் கழகத்திற்கு தேர்வானான்.

இவ்வாறு தேர்வானாவன் கலாசாரத்திற்கு பெயர்போன யாழ்ப்பாணத்தில் தானே கல்விக்குச் செல்கின்றேன் என பலத்த எதிர்பார்ப்புக்களுடன் மன என்னங்களோடும் காலடி வைத்தவனிற்கு பல்கைக் கழக சக மாணவனின் பகிடி வதைக்கு ஈடு கொடுக்க முடியவில்லை. இதனால் கடும் மன அழுத்தத்திற்கு உள்ளானான் தினமும் பெற்றோரிடம் முறையிடலானான். பெற்றோர் என் செய்வர், மிகப் பின் தங்கிய மிகவும் வறுமைப் பட்ட குடும்பம். பொறுத்துப்பார்த்தவன் இயலாத கட்டத்தில் தான் சுமந்துசென்ற கனவுகளை மட்டும் அங்கே இறக்கிவைத்துவிட்டு மனவெறுமையோடு வீடு திரும்பிவிட்டான். அப்பா நானும் உங்களோடு தேங்காய் வியாபாரம் செய்கிறேன் என்றான்.

ஆதிர்ச்சியடைந்த பெற்றோர் நாம் போய் கதைக்கவா? என்றதும் வேண்டாம், வேண்டாம்---என்றுவிட்டு நான் பாரமாய் இருந்தால் சொல்லுங்கள், நான் இறந்துவிடுகிறேன் என்றுகூறியிருக்கிறான். வாழவேண்டிய வயதில் எதிர்காலத்தில் பல பொறுப்புகளை ஏற்கவேண்டிய ஒரு மாணவனை மரணத்தைப் பற்றி யோசிக்கவைத்திருக்கிறது பகிடிவதை.

இச்சம்பவங்கள் நாம் அறிந்த சம்பவங்களாகவும் வெளிவந்த சம்பவங்களாகவும் உள்ளபோதும் நாம் அறியாத எத்தனை எத்தனை சம்பவங்கள் மறைந்துகிடக்கிறதோ? பல்கலைக்கழகம் என்பது கல்வியாளர்களையும் புத்திஜீவிகளையும் உருவாக்கும் இடமாகும்.

அங்கே பகிடிவதை என்னும் பெயரில் அட்டூழியங்களை அரங்கேற்றி கல்வி என்ற பெயரில் மன அழுத்தத்தை கொடுப்பது மன்னிக்கமுடியாத குற்றமாகும்.

இது தொடர்பான சட்ட யாப்புகளை மாணவர்களிற்கு தெரியப்படுத்த வேண்டியது பல்கலைக்கழக துணைவேந்தர்களின் கடமையாகும்.

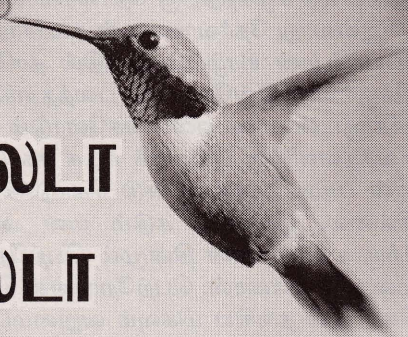
இப்பகிடிவதையானது பல வருடங்களின் முன் வரப்பிரகாஷ் என்ற மாணவனின் உயிரைப்பறித்ததையும் மறந்துவிட முடியாது. மாணவர்கள் பகிடிவதை என்ற விடயத்தில் எல்லை மீறாது நடந்துகொள்ளவேண்டும்.

பல்கலைக்கழகம் என்பது மிகப்பெரிய மாணவ சக்தி. அது தன்னை ஆக்கபூர்வமான விடயங்களுக்கு பயன்படுத்திக்கொள்ளும் போதே அதன் சக்தி மிகப்பலமானதாக மாறுகின்றது. மாறாக அழிவை நோக்கிச் செல்லும் போது பலராலும் விமர்சிக்கப்பட்டு புறந்தள்ளப்படும் என்பதை கவனத்தில்கொள்ள வேண்டும்.

சம்பந்தப்பட்ட அனைவரும் இவ்விடயத்தை கவனத்தில் எடுத்து கல்வியை வாழ்வின் மூலதனமாக எண்ணிவரும் மாணவர்களின் கல்விப்பாதை சீர்குலையாதிருக்க வழிவகுக்கவேண்டும் என ஒளிஅரசியின் கழுகுப்பார்வை என்னும் சமூக அக்கறை பக்கத்தினூடாக வேண்டுகோள் விடுப்பது டன் பகிடிவதை என்பது பல்கலைக்கழக கல்வியின் மீது பயத்தினை ஏற்படுத்தும் விடயமாக மாறிவிடக்கூடாதென்பதையும் இவ்வேளையில் பதிவிடுகின்றோம்.

மே 14

தமிழ்



தமிழன் என்றுசொல்லடா தலை நிமிர்ந்து நில்லடா

எனன மார்தட்டி குரல் கொடுக்கும் அளவிற்கு இன்று நம் தமிழினம் இல்லை. நாடற்றவர், ஊரற்றவர், வீடற்றவர், என்னும் நிலைக்குத் தள்ளப்பட்டு, இகழப்பட்டுநிற் கிறோம். கதறி அழும் இனமாக வாழாமல் வாழ்ந்துகொண்டிருக்கிறோம். நம் இனிய செந்தமிழ் நலிவுற்றுக் கொண்டிருக்கும் இத் துயர நிகழ்வுகளிலும் எம்மை நாமே தேற்றிக் கொள்ள கூடிய சில விந்தையான சான்றுகளை முகநூல் மூலமாக அறிந்து கொண்டதுடன் நிற்காமல் ஒளி அரசிவாசகர்களாகிய உங் களுடன் பகிர்ந்து கொள்ள நினைத்தே இத் தொடரை ஆரம்பிக்கிறேன். நம் தமிழினம் தான் முதலினம்! நம் உயிரானதமிழ் மொழி தான் முதல் மொழி என்பதை அறியும் போது ஆனந்தக் கண்ணீர் அணை கடந்து போவதில் சந்தேகம் ஏதுமில்லை.

68 ஆண்டுகளாய் தான் நீ இந்தியன்
800 ஆண்டுகளாய் தான் நீ இந்து
400 ஆண்டுகளாய் தான் நீ கிறிஸ்தவன்
200 ஆண்டுகளாய் தான் நீ இஸ்லாமியர்

உலகமொழிகள் தோன்றி வெறும் 2000 ஆண்டுகள் தான் ஆகின்றன. சுமார் 20000 ஆண்டுகளுக்குமுன்பேதோன்றிய இனம் தமிழினம், 20000 ஆண்டுகளுக்கு முன்பே தோன்றிய மொழி தமிழ் மொழி. 100,000 ஆண்டுகளுக்கு முன்பே தமிழினம் தோன் றியிருக்கலாம் என்பதற்கு சாட்சியாக இருப் பது குமரிகண்டம், லேமனியகண்டம். இம் மாபெரும், இரண்டு கண்டங்களையும், 13 தேசங்களையும் கட்டி ஆண்ட வீரத்தமிழர் கள் நாம் என்பதில் பெருமை கொள்வோம்.

தமிழ் கோயிற் சிற்பங்களிலுள்ள நுணுக்கமான வேலைப்பாடுகளா கட்டும், தூண்களில் ஒரு நூல் இழைக் கூட கோணல் இல்லாமல் கட்டப்பட்ட ஆயிரம் கால் மண்டபங்களாகட்டும் இன் னும் ஆதித்தமிழர்கள் செய்த அற்புதமான விஷயங்களைப் பற்றி வியப்புடன் பேசும் நாம் இதைப்பற்றிய தேடலை மேற்கொள்ள வேண்டாமா?

முதன் முதலாக அக்கால கணித முறையை அறிந்துகொள்வோம்:

- ★ 1 - ஒன்று
- ★ 3/4 - முக்கால்
- ★ 1/2 - அரை
- ★ 1/4 - கால்
- ★ 1/5 - நாலுமா
- ★ 3/16 - மூன்றுவீசம்
- ★ 3/20 - மூன்றுமா
- ★ 1/80 - அரைக்கால்
- ★ 1/10 - இருமா
- ★ 1/16 - மாகாணி (வீசம்)
- ★ 1/20 - ஒருமா
- ★ 3/64 - முக்கால்வீசம்
- ★ 3/80 - முக்காணி
- ★ 1/32 - அரைவீசம்
- ★ 1/40 - அரைமா
- ★ 1/80 - காணி
- ★ 1/64 - கால்வீசம்
- ★ 3/320 - அரைக்காணிமுந்திரி
- ★ 1/160 - அரைக்காணி
- ★ 1/130 - முந்திரி
- ★ 1/102400 - கீழ்முந்திரி
- ★ 1/2150400 - இம்மி
- ★ 1/23654400 - மும்மி
- ★ 1/165580800 - அணு
- ★ 1/1490227200 - குணம்
- ★ 1/745113600 - பந்தம்

* 1/44706816000 - பாகம்
* 1/312947712000 - விந்தம்
* 1/5320111104000 - நாகவிந்தம்
* 1/74481555456000 - சிந்தை
* 1/489631109120000 - கதிர்முனை
* 1/9585244364800000 - குரல்வளைப்படி
* 1/57511466188800000 - வெள்ளம்
* 1/575114661888000000 - நுண்மணல்
* 1/2232382463022720000000 - தேர்த்துகள்

இவ்வளவு நுண்ணியமான கணிதம் அந்தக்காலத்தில் இருந்துள்ளது. இந்த எண்களை வைத்து எத்தனை துல்லியமான வேலைகள் நடந்திருக்கும் என்று எண்ணிப்பாருங்கள். கணனியையும் கணிதப் பொறியையும்(கால்குலேட்டர்) தொழில் நுட்பவளர்ச்சி என்று இன்றைய தலைமுறை கூறிக்கொண்டு இருக்கும் போது அதைவிட ஆயிரம் மடங்கு மேலாக அந்தகாலத்தில் நாம் சாதித்துவிட்டோம்.

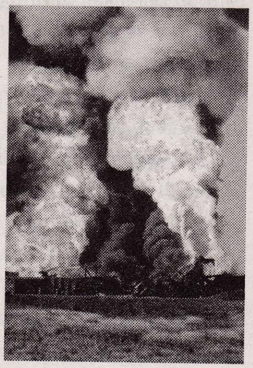
(தொடரும்)

தேவாமாதவன் குடாஓயா ஹட்டன்

(29 ஆம் பக்க ஆங்கில நகைச்சுவைக் கதைக்கான கருத்து)

The Mayor's answer was,
"First of all I must send this machine to a good garage and get its brakes fixed for good"

துருப்பிடித்த தீயணைக்கும் இயந்திரம்



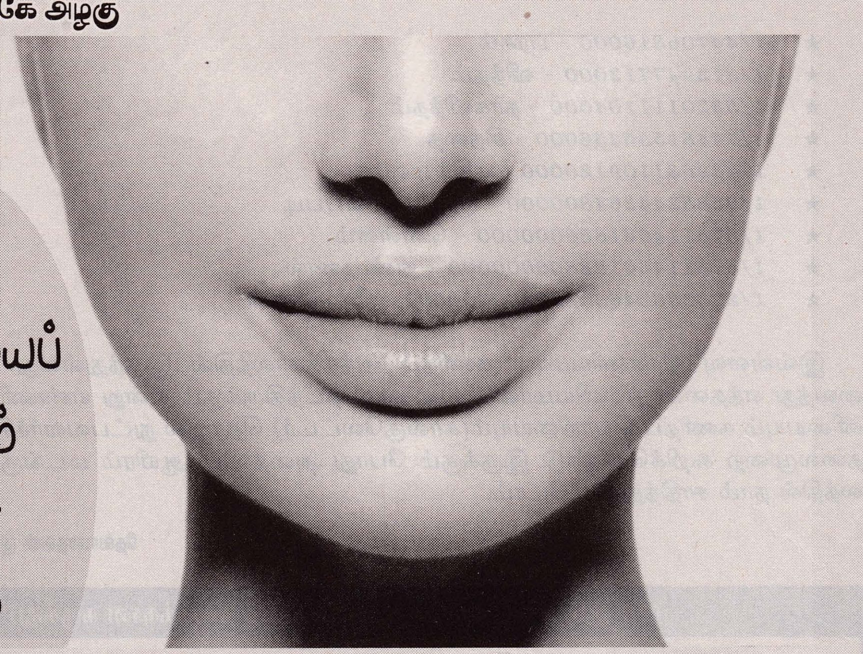
கலிபோர்னியாவில் தனியார் கம்பனி ஒன்றுக்கு சொந்தமான ஒரு எண்ணெய் கிணற்றில் தீப்பிடித்தது. உடனே கம்பனியின் தலைவர் தனியார் தீயணைக்கும் கம்பனி ஒன்றுக்கு தகவல் கொடுத்தார்.

உடனடியாக ஒரு பெரிய தீயணைக்கும் இயந்திர வாகனம் ஒன்று வந்து தீயணைக்க முயற்சித்தது. ஆனால் மிகவும் தீவிரமாக தீ பரவியதால் அந்த இயந்திரம் அந்தக் கிணற்றுக்கு அருகில் போக முடியாமல் ஊழியர்கள் பயந்து தூர நின்று யோசித்துக் கொண்டு இருந்தனர். சட்டத்தின்படி மாநகரசபைக்கும் இந்ததகவல் அறிவிக்கப்பட்டிருந்தது. அங்கு ஒரு சிறிய துருப்பிடித்த தீயணைக்கும் இயந்திரம் ஒன்றே இருந்தது. இந்த இயந்திரம் தீயணைக்கும் வீரர்களுடன் வந்து தனியார் கம்பனி தீயணைக்கும் பணியாளர்கள் கிண்டலுடன் பார்த்துக் கொண்டிருக்கும் போதே மாநகரசபை இயந்திரம் கிணற்றை அணுகி சொற்ப நேரத்தில் தீயைக்கட்டுப்பாட்டுக்கு கொண்டு வந்தது.

கிணற்றுக்குச் சொந்தமான கம்பனியின் தலைவர் மாநகரசபை தீயணைப்பு ஊழியர்களைப் பாராட்டினார். இதற்காக மாநகரசபையின் மேயர் உட்பட தீயணைப்பு வீரர்களுக்கு ஒரு இரவுவிருந்தை ஏற்படுத்தி இருந்தார். விருந்தின் முடிவில் கம்பனி தலைவர் 5000 டொலர் அன்பளிப்பு ஒன்றை மேயரிடம் மாநகரசபை முன்னேற்றத் துக்கென கொடுத்தார். அத்தோடு நட்புரீதியில் மேயரைப்பார்த்து இந்த 5000 டொலரையும் எதற்குப் பயன்படுத்தப் போகின்றீர்கள் எனக் கேட்டார்.

மேயரின் பதில் ....

''எல்லாவற்றுக்கும் முதல் அந்தத்தீயணைக்கும் இயந்திரத்தை ஒரு நல்ல கராஜீற்கு அனுப்பி பிரேக்கை சரி செய்ய வேண்டும்''



முதுமையைப் போக்கும் அழகின் ரகசியம்

வயதாவதால் முகத்தில் ஏற்படும் முதல் அறிகுறி தான் உதட்டுச் சுருக்கம். இதில் இருந்து யாராலும் தப்பிக்க முடியாது. ஆனால், சுருக்கம் ஏற்பட்டால் இதன் அதிகப் படியான தாக்கத்தில் இருந்து சற்று தப்பிக்க இங்கே சில எளிய முறைகள் கொடுக்கப் பட்டுள்ளன. இந்த முறைகள் அனைத்தும் நாம் அன்றாடம் நம் வீடுகளில் உபயோகிக்கும் பொருட்களை வைத்தே செய்யக்கூடியதாகும் ஆனால், உதட்டுச் சுருக்கத்தால் அவதிப்படும் பெண்கள் பலர் இதனைச் சரி செய்ய மருத்துவரை அணுகி சில அறுவை சிகிச்சை செய்வதே வழி என்று நினைத்துக் கொண்டிருக்கின்றனர். இவை அனைத்தும் சரியாக தான் இருக்கும் என்று சொல்ல முடியாது அல்லவா. அவை வேறு சில பிரச்சனைகளையும் உண்டு செய்யலாம். எனவே, நாம் வீட்டு வைத்திய முறைகளை மேற்கொண்டு சரி செய்தால் அது மிகவும் சிறந்தது தானே. இங்கே கொடுக்கப்பட்டுள்ள வைத்திய முறைகள் நம் உதடுகளில் உள்ள சுருக்கங்களை நீக்கி சருமத்தை சீராக்குவது மட்டுமல்லாது உதடுகளில் உள்ள இறந்த சரும செல்களை நீக்கி உதட்டின் அழகை மேம்படுத்தவும் உதவுகிறது. இங்கே கூறப் பட்டுள்ள முறைகளை தினமும் செய்து வந்தால் சீக்கிரமே நல்ல பலன் கிடைக்கும்.

ஒலிவ் ஒயில்

ஒலிவ் ஒயில் சுருக்கங்களை நீக்குவதில் முக்கியப் பங்கு வகிக்கிறது. இதனை உங்கள் உதட்டில் தினமும் தேய்த்து வாருங்கள். இது உங்கள் உதட்டில் ஈரப்பதத்தைத் தக்க வைத்து சுருக்கங்களுடன் போராடி சரி செய்ய உதவுகின்றது.

இலவங்கப்பட்டைப் பொடி

இலவங்கப்பட்டைப் பொடியை சிறிது நீரில் கலந்து அந்தக் கலவையை உதட்டின் மீது தடவ வேண்டும். 10 நிமிடம் அதனை வைத்திருக்க வேண்டும். பின்னர் குளிர்ந்த நீரினால் கழுவி விட வேண்டும். இது உதட்டு சுருக்கத்தைப் போக்க பயன்படுத்தும் மிக பழைய வீட்டு வைத்திய முறைகளில் ஒன்றாகும்.

கற்றாழை ஜெல்

தினமும் 2 முறை இந்த கற்றாழை ஜெல்லை உதட்டில் சுருக்கங்கள் உள்ள இடத்திலும் அதனை சுற்றி உள்ள பகுதிகளிலும் தேய்த்து வர வேண்டும். இது உதட்டு சுருக்கத்தை விரட்டியடிப்பதில் சிறந்து விளங்குகிறது.

விற்றமின் ஈ எண்ணெய்

வில்லைகளில் இருந்து எடுக்கப்பட்ட எண்ணெயை உதட்டின் மீது தடவி 15

நிமிடம் வைக்க வேண்டும். பின்னர் கழுவி விட வேண்டும். இந்த இயற்கை வைத்திய முறையை தினமும் செய்து வர வேண்டும்.

ஓட்ஸ்

ஓட்ஸ் உதட்டில் உள்ள சுருக்கங்களைப் போக்குவதில் மிகச் சிறந்து விளங்குகிறது. ஓட்ஸை ஒரு பேஸ்ட் போல சிறிது நீர் சேர்த்து கலந்து அதனை உதட்டின் மீது தடவி சிறிது நேரம் கழித்து கழுவி விட வேண்டும்.

பப்பாளி

உதட்டுகளில் சுருக்கம் இல்லாமல் காக்க உதவுவதில் பப்பாளி சிறந்து செயல்படுகிறது. இது உதட்டில் உள்ள இறந்த சரும செல்களை நீக்கி உதட்டின் அழகை மேம்படுத்துகிறது. சிறிது பப்பாளி பழத்தை எடுத்து மசித்து அதனை உதட்டின் மீது தேய்த்து 2 முதல் 3 நிமிடம் கழித்து கழுவி விட வேண்டும்.

தேங்காய் எண்ணெய்

உதட்டில் தேங்காய் எண்ணெயை தேய்த்து மசாஜ் செய்து 15 நிமிடம் கழித்து அதனை சுத்தம் செய்து விடுங்கள். இதனை தொடர்ந்து செய்வதால் உதட்டில் உள்ள சுருக்கம் மறைவதுடன் அவை அடிக்கடி வராமலும் தடுத்துவிடும்.

அன்னாச்சி பழ ஜூஸ்

உதட்டுச் சுருக்கத்தை விரட்டுவதில் அன்னாச்சி பழ ஜூஸ் முக்கியப் பங்கு வகிக்கிறது. இந்த ஜூஸை உதட்டின் மீது தேய்த்து சிறிது நேரம் கழித்து கழுவி விட வேண்டும். இது பழமையான முறைகளில் சிறந்த ஒன்று.

சீனி ஸ்க்ரப்

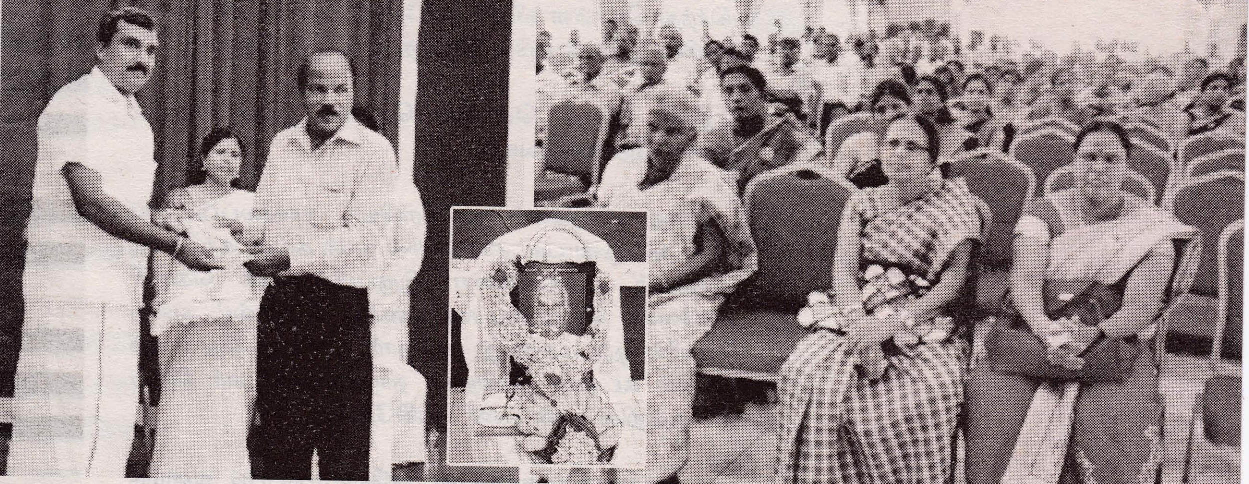
எலுமிச்சைச் சாற்றுடன் சினியைச்சேர்த்து அதனை உதட்டின் மீது தடவி மெதுவாக மசாஜ் செய்யவேண்டும். இதனை வாரத்திற்கு 2 முறை செய்ய வேண்டும். குறிபிட்ட காலத்திற்கு இதனை தொடர்ந்து வந்தால் நல்ல பலன் கிடைக்கும்.

ரோஸ் வோட்டர்

ஒரு நாள் முழுவதும் ரோஸ் வோட்டரை உதட்டின் மீது தடவி வந்தால், உதடானது சுருக்கங்கள் இல்லாமல் அழகாகத் தெரியும். குறிப்பாக நீங்கள் தூங்கப் போவதற்கு முன் இதனை தடவி தூங்குங்கள். இரவு நேரத்தில் இது சிறப்பாக செயற்படும்.

தமிழரசி கிளிநொச்சி

இளையகுட்டி கவிதைகள் – பதிவுகள்



புத்தூர் மணற்பகுதியை தன் வாழ்விடமாகக்கொண்டு அமரத்துவம் அடைந்த கவிஞர் புத்தூர் வே. இளையகுட்டி அவர்கள் எழுதிய கவிதைகளின் தொகுப்பாகவும் அவரது நினைவு மலராகவும் வெளிவந்த இளையகுட்டி கவிதைகள் என்னும் நூல் வெளியீடும் அவரது நினைவு நாள் பிரார்த்தனையும் 23.04.2017 ஞாயிற்றுக்கிழமை அன்று ஆவரங்கால் சிவசக்தி மணிமண்டபத்தில் இடம்பெற்றது.

இலங்கையின் இசைக்குயில்

மொரின் ஜெனட்

இலங்கையின் இசை நிகழ்ச்சிகளில் நீண்ட காலமாக பாடிக்கொண்டிருப்போரில் இவரும் ஒருவர். தனது பாடல் திறமைக்காய் பல பரிசில்களும் விருதுகளும் பெற்றவர். இலங்கையில் பல பாகங்களில் மட்டுமன்றி சுவீட்சர்லாந்து, சிங்கப்பூர், லெபனான், குவைத் போன்ற வெளிநாடுகளிலும் தனது குரலை ஒலிக்கச்செய்தவர். வானொலி தொலைக்காட்சி மட்டுமன்றி மேடைகளிலும் பாடி மக்களை மகிழ்ச்சிப்படுத்தும் இந்தப் பாடகியை இன்று நாம் ஒளி அரசியூடாக மகிழ்விக்கவுள்ளோம். இசைத்துறைக்கு இவர் ஆற்றிய பங்களிப்புகளை எமது வாசகர்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ள விரும்புகிறோம். அவர்தான் இலங்கையின் இசைக்குயில் திருமதி மொரின் ஜெனட்.

இனி பாடகி மொரின் ஜெனட் தரும் நேர்காணலை நோக்குவோம்:-

எனது பிறந்தகம் நுவரெலியா. நாவலப்பிட்டிய சென் அன்ரூஸ் பாடசாலையில் நான் கல்வி கற்றேன். தற்சமயம் வத்தளையை இருப்பிடமாகக் கொண்டுள்ளேன். திருமணமான எனக்கு ஜெரால்ட் என்ற பெயரில் ஒரு மகன் இருக்கிறார். தனியார் நிறுவனம் ஒன்றில் கடமை புரிகிறார். நானும் தனியார் நிறுவனம் ஒன்றில் தான் பணி புரிகிறேன்.

உங்களது இசைத்துறை பிரவேசம் எப்படி அமைந்தது?

நான் ஏழு வயது சிறுமியாக இருந்த போதே பாட ஆரம்பித்தேன். பாடசாலையில் இடம்பெறும் எல்லா

நிகழ்ச்சிகளிலும் நான் பாடியுள்ளேன். குறிப்பாக நான் கத்தோலிக்க மதத்தைச்சேர்ந்தவர். எனவே கிறிஸ்தவ ஆலயங்களிலும் நான் பாடியதுண்டு. அச்சமயம் வானொலியின் பிரபல அறிவிப்பாளரான எனது மதிப்புக்குரிய பீ.எச்.அப்துல் ஹமீத் அவர்கள் வானொலியில் பாட்டுக்குப் பாட்டு என்ற ஜனரஞ்சக நிகழ்ச்சி ஒன்றை நடத்தி வந்தார். இந்த நிகழ்ச்சியில் பங்குபற்றி பீ.எச்.அப்துல் ஹமீத் அவர்களின் கரங்களால் நான் பரிசு பெற்றுள்ளேன். ஆனால் அன்று பரிசு பெற்ற அந்தச்சிறுமி தான் இந்த பாடகி என்பது பீ.எச்.அப்துல் ஹமீத் அவர்களுக்கு இது வரை தெரியாது. நானும் பல முறை இந்த பசுமை நினைவுகளை அவருடன் பகிர்ந்துக்கொள்ள ஆசைப்பட்டதுண்டு. ஆனால் சந்தர்ப்பம் இதுவரை சாதகமாக வில்லை. ஜீ.சீ.ஈ படித்துக்கொண்டிருக்கும் போதே நான் 1986ஆம் ஆண்டளவில் சித்தாரா இசைக்குழுவில் இணைந்து அவர்களது இசை நிகழ்ச்சிகளில் பாட ஆரம்பித்தேன். சித்தாரா இசைக்குழுவினரதும் அப்சராஸ் இசைக்குழுவினரதும் ஏற்பாட்டில் வெளிநாடுகளில் இடம்பெற்ற இசை நிகழ்ச்சிகளிலும் எனக்கு பாட சந்தர்ப்பம் கிடைத்தது. எனவே அந்த இசைக்குழுவினரை நானிங்கு நன்றியுடன் நினைவு கூருகிறேன்.

தேசிய தொலைக்காட்சிகளில் தற்சமயம் உள்ளூர் கலைஞர்களின் இசை நிகழ்ச்சிகள் மிகமிக குறைவாகவே ஒளிபரப்பப்படுகின்றன. இதுபற்றி.?

ஒரு காலத்தில் தேசிய தொலைக்காட்சிகளான ரூபவாஹினி சுயாதீன தொலைக்காட்சி மற்றும் சக்தி ரீவி போன்றவை எமது நிகழ்ச்சிகளுக்கு பெரும் பங்களிப்புச்செய்தமையை எம்மால் மறக்கவே முடியாது. ஆனால் தற்சமயம் தொலைக்காட்சி அலைவரிசைகள் அதிகரித்த போதிலும் உள்ளூர் கலைஞர்களின் நிகழ்ச்சிகளுக்கு அனுசரணையாளரின் ஒத்துழைப்பை மட்டுமே நாடி நிற்பது தான் கவலையாக உள்ளது. எனவே தொலைக்காட்சி நிறுவனத்தினர் எடுத்ததற்கெல்லாம் அனுசரணையாளர்களை நம்பாமல் வாரம் ஒரு முறை அல்லது மாதம் ஒருமுறையேனும் பழைய கலைஞர்களுக்கு சந்தர்ப்பம் வழங்கினால் அது எம்மைப்போன்றவர்களுக்கு ஒரு வரப்பிரசாதமாக இருக்கும். அது மட்டுமன்றி எமது பாடலை கேட்க விரும்புபவர்களுக்கும் இது ஒரு நல்ல வாய்ப்பாக இருக்குமல்லவா?

இலங்கை கலைஞர்களுக்கு குறிப்பாக தமிழ்பேசும் கலைஞர்களுக்கு நல்லாட்சி அரசு என்ற செய்ய வேண்டும் என்று விரும்புகிறீர்கள்?

என்னைப்போன்ற பல கலைஞர்கள் அதாவது கலையையே வாழ்க்கையாக்கிக்கொண்டிருக்கும் என்னைப்போன்ற கலைஞர்கள் பலர் இதுவரை தமக்கென சொந்தமாக ஒரு வீடின்றி வாடகை வீடுகளில் வாழ்ந்துக்கொண்டிருக்கிறார்கள். இத்தகையோரின் நலன் கருதி நல்லாட்சி அரசாங்கம் ஒரு வீடமைப்புத் திட்டத்தை ஆரம்பித்தால் எம் போன்ற கலைஞர்கள் என்றும் நன்றியுடையோராக இருப்போம்.

கலைஞர்களிடையே நிலவும் ஒற்றுமை வேற்றுமை பற்றி என்ன நினைக்கிறீர்கள்?

இன்றைய கலைஞர்களிடையே ஒற்றுமை என்பது முயற்கொம்பாகவே உள்ளது. கலைஞர்களிடையே காணப்படும் ஈகோ தான் இதற்குக் காரணம். கலைஞர்கள் ஒருவருக்கொருவர் ஒற்றுமையாக இருந்தால் எல்லா உரிமைகளையும் ஒரே குரலாக நின்று பெற்றுக்கொள்ள முடியும் என்பது எனது அபிப்பிராயமாகும்.

ஒரு பாடகி என்ற வகையில் நீங்கள் இத்துறையில் சவால்களை எதிர்நோக்கியதுண்டா?

சவால்கள் என்பதைவிட தோல்விகள் பலவற்றை எதிர்கொண்டுள்ளேன். ஜனரஞ்சக மேடைகளில் பாட அறிவிப்பாளர் என்னை அழைத்த வேளை சக பாடகர்கள் எனக்கு குறுக்

கீடு செய்த சம்பவங்களும் உண்டு. இதனால் மேடை யேறி பாடாது மனமுடைந்த நிலையில் வீடு திரும்பிய நிலை யும் எனக்கு ஏற்பட்டுள்ளது. இத் தகைய தோல்விகளை தாங்கும் மனப் பக்குவம் அன்று எனக்கிருந்தது. ஆனால் இன்றைய கலைஞர்கள் இவ்வாறு நடந்து கொள்ள கூடாது என்றே விரும்புகிறேன்.

இலங்கையில் கலை நிகழ்ச்சிகளுக் கென பெருந்தொகையான நிதியை செல வளித்து தென்னிந்திய கலைஞர்களை வர வழைப்பது குறித்து நீங்களும் ஒரு பாடகி என்ற வகையில் என்ன நினைக்கிறீர்கள்?

மாற்றான் தோட்டது மல்லிகை தான் மணக்கும் என்பார்கள் ஆனால் நம்நாட்டுத் தோட்டத்து மலர்களும் மணக்கும் என்றே நான் சொல்வேன். எனவே தென்னிந்திய கலைஞர்களை வரவழைக்கும் அனுசரணை யாளர்கள் இதனையும் கவனத்தில் கொள் வார்களென நம்புகிறேன்.

இன்றைய இளம் கலைஞர்களுக்கு நீங்கள் கூறும் ஆலோசனை என்ன?

நான் முறையாக சங்கீதம் கற்கவில்லை. கேள்வி ஞானத்தால்தான் நான் இன்று வரை பாடி வருகிறேன். ஆனால் இசைத்துறையில் ஈடுபடும் இளம் கலைஞர்களுக்கு இன்று எல்லா வசதி வாய்ப்புகளுமுண்டு. எனவே சங்கீதத்தை முறையாக கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். மூத்த கலைஞர்களுக்கு மதிப்ப ளிக்க வேண்டும். நீங்கள் பிறரை கண்ணியப் படுத்தினால் அது தானாவே உங்களை வந்த டையும் என்பதை மறவாதீர்கள்.

தென்னிந்திய பாடகர்களுடனும் பாடும் சந்தர்ப்பம் உங்களுக்குக் கிடைத்ததா?

ஆம்! புகழ்பெற்ற தென்னிந்திய பாடகர் களான ரி.எம்.சௌந்தரராஜனுடன் சுசீலா அம்மையாருடனும் தலவக்கல்லையில் ஒரு மே தின நிகழ்ச்சியில் பாடக்கி டைத்தமை எனது இசைத்துறை வாழ்

இன்றைய கலைஞர்களி டையே ஒற்றுமை என்பது முயற்கொம்பாகவே உள்ளது. கலைஞர்களி டையே காணப்படும் ஈகோ தான் இதற்குக் காரணம். கலைஞர்கள் ஒருவருக்கொருவர் ஒற்றுமையாக இருந்தால் எல்லா உரிமைகளையும் ஒரே குரலாக நின்று பெற்றுக்கொள்ள முடியும்

வில் இனிய அனுபவமாகும். அவ்வாறே எஸ்.பீ.பாலசுப்ரமணியம், ஜேசுதாஸ், எல்.ஆர்.ஈஸ்வரி, ஜானகி அம்மா வாணிஜெ யராம் மற்றும் சித்ரா டீ.எம்.எஸ்ஸின் இரு புதல்வர்களான போல்ராஜ் செல்வகுமார, உன்னி கிருஸ்ணன், அருண்மொழி விஜய் பிரகாஷ் விஜய் ஜேசுதாஸ் போன்ற தென் னிந்திய பாடகர்களுடன் இலங்கையில் பல பாகங்களிலும் நடைபெற்ற இசை மேடைக ளில் எனக்கும் பாட கிடைத்தமை என் வாழ் வில் மறக்க முடியாத நிகழ்வுகளாகும்.

நிறைவாக நீங்கள் கூற விரும்புவது?

ஆம்! எது நடக்கிறதோ அது நடக்கட் டும் என்றே வாழ்ந்துக கொண்டிருக்கிறேன். மற்றவர்களை சந்தோசப்படுத்துவதில் நான் மகிழ்ச்சியடைகிறேன். பாடிக்கொண்டிருப் பதிலும் நான் பரவசமடைகிறேன். எனக்கு உடம்பில் தெம்பு இருக்கும் வரை நான் பாடிக்கொண்டே இருப்பேன்

இவ்வாறு தன்னைப்பற்றி மிகச்சுருக் கமாக கூறி முடித்த இலங்கையின் பெண் பாடகி திருமதி மொரின் ஜெனட் இசைத் துறையில் மின்னிடும் நட்சத்திரமாய் தொடர்ந்தும் ஜொலிக்க வேண்டுமென நாமும் வாழ்த்தி விடைபெற்றோம்.

நேர்காணல்:-
கலாபூசணம் நூருல் அயின்
நஜ்முல் ஹுசைன்

பொது அறிவு

01.1984 ஆண்டில்
02.நீளம் 9.2 கிலோ மீற்றர்
03. 1993
04.ஸ்பெயின்
05.1977
06.டாக்கா (பங்காளதேஷ்)
07.தேசிய ஒற்றுமை
08.2017 பெப்ரவரி 3 இல்
09.14
10.ஆந்த்ரே ரசல்
11.டியுக்யுலி
12.மன்னார் வில்பத்து
13.மலாவி
14.ரஷ்யா
15.14.04.2017

நுண்ணறிவு

01) 4
02) 1
03) 1
04) 3
05) 2
06) 4
07) 32
08) 05
09) 10
10) 36
11) 24
12) 12, 5
13) 6.67
14) தென்கிழக்கு
15) சனிக்கிழமை

வித்தியாசங்கள்

தென்னை மரத்திலுள்ள தேங்காய்

யானையின் வால்

ஜன்னல்

வானத்திலுள்ள முகில்

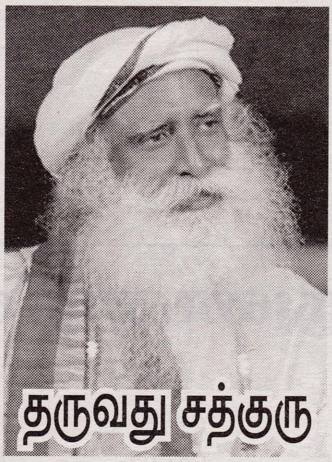
தென்னைமரத்திலுள்ள வரைகளின் எண்ணிக்கை

பலூன் தத்துவம்

இருபது வயதுக்கு முன் மகன் வேலைக்கு செல்வது தந்தைக்கு அழகில்லை.
அறுவது வயதுக்கு பின் தந்தை வேலைக்கு செல்வது மகனுக்கு அழகில்லை.

கட்டை விரலில் மோதிரம் அணியலாமா?

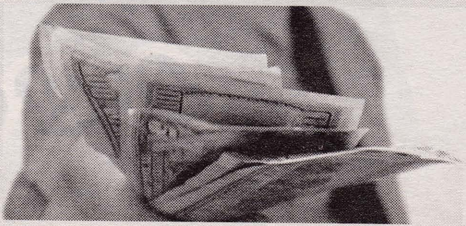
நீங்கள் சரியானவற்றை செய்யாத வரையிலும் உங்களுக்கும் சரியா னவைகள் நிகழாது. சரி, கட்டைவிரலில் மோதிரம் அணிவதால் எனக்கு என்னாகும் என்றீர்களே அதனை அணிவதால், உங்களால் கையாள இயலாத, குறிப்பிட்ட விதமான சக்திகளை உங்களை நோக்கி நீங்கள் ஈர்க்கும்படி நேரும். உங்களை அது உலுக்கிப் போடலாம். நீங்கள் குறிப்பிட்ட சில இடங்களுக்கு செல்லும்போது, கட்டை விரலில் மோதிரம் அணிந்திருந்தால் அது குறிப்பிட்ட விதமான சில சக்திகளை உங்களை நோக்கி ஈர்க்கும் அதனால் உங்கள் வாழ்க்கையே உலுக்கப்படலாம். குறிப்பாக, நீங்கள் கட்டைவிரலில் மோதிரம் அணிந்திருந்தால், நீங்கள் சிலருக்கு அழைப்பு விடுக்கிறீர்கள் என்று அவர்கள் நினைத்துக் கொள்வார்கள். அதனாலேயே மோதிர விரலில் மட்டுமே மோதிரம் அணிய வேண்டும் என்று வலியுறுத்தப்படுகிறது. உலகம் முழுவதும் மோதிர விரலில்தான் அணிய வேண்டும் என்று நிர்ணயித்துள்ளார்களே அது தற்செயலாக நடந்தது என்று நினைக்கிறீர்களா? இல்லை, இது தற்செயலாக நடந்தேறிய நிகழ்ச்சி அல்ல. மோதிர விரலின் அடி முதல் நுனி வரை பிரபஞ்சமே இருக்கிறது. உங்கள் கம்ப்யூட்டருக்கான மௌஸை போன்றது இவ்விரல். சில குறிப்பிட்ட விஷயங்களை இந்த விரலில் செய்வதனால், ஒரு பரிமாணத்திலிருந்து மற்றொரு பரிமாணத்திற்கு செல்ல முடியும். இந்த உடலைக் கொண்டு நீங்கள் என்னென்ன செய்ய விரும்புகிறீர்களோ அவை அனைத்தையும் செய்யலாம். உங்கள் உடலில் மட்டுமல்ல, இங்குள்ள அத்தனை உடல்களின் மீதும் ஆளுமை செலுத்தலாம். உங்கள் மோதிர விரல் மூலம் நீங்கள் என்ன வேண்டுமானாலும் செய்து கொள்ள முடியும். மோதிர விரலைப் பற்றி யோகத்தில் முழுமையான அறிவியலே இருக்கிறது. நீங்கள் என்னவாக இருக்கிறீர்களோ அதற்கு மோதிர விரல் ஒரு சாவி போல் செயல்படுகிறது. இதனால் மோதிர விரலை செப்பனிடுவது மிக மிக அவசியமாகிறது. இதன்மூலம் உடலிற்கு ஒருவித ஸ்திரத்தை ஏற்படுத்த முடியும். ஆனால், இன்று மோதிரம் ஒரு இடத்தில் அணியப்படுவதில்லை. எங்கெல்லாம் ஓட்டையிட முடியுமா அங்கெல்லாம் ஓட்டையிட்டு வளையம் மாட்டிக் கொள்கிறார்கள். இது போன்ற செய்கைக்கு ஒருவிதமான தாக்கம் இருக்கத்தான் செய்யும். இவற்றை செய்து கொண்டு ஒரு மனிதர் ஓரளவிற்கு சுகமாய் வாழ முடியும், உங்கள் வண்டியை உங்களால் இயக்க முடியும் ஆனால் இப்படி இயக்குவதனால், அதற்கு இரண்டு மடங்கு எரிபொருள் தேவைப்படும். வாழ்வின் செயல்முறையில் உங்களை நீங்களே முழுமையாக ஆற்றல் இழக்கச் செய்து கொள்வீர்கள். சந்தோஷமாக, பிரயத்தனப்படாமல் செய்ய வேண்டியவற்றை தவறான விஷயங்களைச் செய்து வலுவிழப்பீர்கள். எல்லோருமே வாழ்கிறார்கள், ஆனால் எல்லோருமே சுகமாக காரியங்களைச் செய்வதில்லையே? ஏனெனில், உலகில் சரியான விஷயங்கள் உங்களுக்கு நிகழவில்லை.



நீங்கள் சரியானவற்றை செய்யாத வரையிலும் உங்களுக்கும் சரியானவைகள் நிகழாது. உங்கள் மூளையில் நீங்கள் ஆன்டெனாவைப் பொருத்திக் கொண்டால், கேட்கும் ஒவ்வொரு ரேடியோ அலைவரிசைகளையும் கேட்டுத்தானே ஆக வேண்டும். இவை அனைத்தையும் பொருத் துப் போக வேண்டிய சூழ்நிலை நேரும் அல் லவா? உங்களுக்கு இதையெல்லாம் கேட்பதற்கு விருப்பமில்லாவிட்டால், ஆன்டெ னாவை கழட்டுவது தானே நல்லது? கட்டைவிரல் மோதிரமும் அப்படித்தான். உலோகத்திற்கு ஒருவித உள்வாங்கிக் கொள்ளும் தன்மை உள்ளது. அதற்கென்று சில குணங்கள் உள்ளன. அவற்றால் நம் மீது தாக்கம் ஏற்படுத்த முடியும். அதனாலேயே அவற்றை ஒரு குறிப்பிட்ட விதத்தில் நாம் பயன்படுத்துகிறோம். கட்டை விரலில் மோதிரம் அணிவது தீய சக்திகளை நம் பால் ஈர்க்கும். அதனை கையாளும் திறன் நமக்கு இல்லாமல் இருக்கும் ஆதலால், கட்டை விரலில் மோதிரம் அணியக் கூடாது.

மூளைச்சலவைக் கடன்கள் இலக்கியத்தில் அதன் தடங்கள்

LOAN



கடந்த இதழில் 'மரணப்பொறியில் குடும்பப் பெண்கள்' என்ற தலைப்பில் ஜனதன் எழுதிய கட்டுரையை வாசித்த போது மனதில் வலி உண்டானது. இதயம் கிலி கொண்டது. போதாத குறைக்கு கிணற்றில் மிதக்கும் படங்கள் வேறு. அவசியமானதும், அவசரமுமான அதிரடிச் செய்தியாக இருந்தது. இந்தச் செய்தியை இலக்கியங்களும், மதங்களும் என்றும் எடுத்தியம்பத் தவறியதில்லை.

இராமாயணத்தில் அவதார புருஷனான ராமனின் மனைவி சீதையை பத்துத் தலை கொண்ட இலங்கை மன்னன் இராவணன் கவர்ந்து சென்றுவிடுகிறான். பிறன் மனை கவர்ந்தாலும் அவன் மனது பயங்கொண்டதை கம்பன் ''கடன் பட்டார் நெஞ்சம் போல் கலங்கினானே இலங்கை வேந்தன்'' என்று எழுதியிருந்தார். எந்த ஒன்றுக்கும் உவமை சொல்லும்போது அதற்கு இணையான ஒன்றைச் சொல்தலே மரபு.

கடன் வாங்கியவன் இதயம் எப்படி பதைபதைக்குமோ அதைப்போல இராவணனின் மனது துடிதுடித்தது என்று கம்பன் எழுதினான். இதிலிருந்து நமக்குக் கிடைக்கும் செய்தி என்ன? அடுத்தவன் மனைவியை பலவந்தமாக திருடுவதிலும் பார்க்க கடன் வாங்கியவனுக்கே பதைபதைப்பும், துன்பமும், வேதனையும் அதிகம். பெண் பாவத்திலும் கடன் வாங்கியவன் பெரும் பாவத்துக்குள்ளாகிறான். இரண்டையும் ஒப்பிடுகையில் கடன் வாங்கியதே கொடுமையானது.

இஸ்லாம் மதத்தில் கூட நபி நாயகம் வட்டிக்குப் பணம் பெறுவதை கடுமையாக - காரசாரமாகச் சொல்லியிருக்கிறார். வட்டிக்குப் பணம் கொடுப்பது, வட்டிக்குப் பணம் வாங்குவது, வட்டிக் கணக்கை இடைத்தரகராக இருந்து கணக்கெழுதுவது. இந்த மூவருக்கும் ஒரே தண்டனைதான். இவர்கள் சொர்க்கத்தின் வாயிலைக்கூட நெருங்கமுடியாது. நரகத்தில் மிகவும் கொடுமையான தண்டனைகள் வழங்கப்படும். வட்டிக்குப் பணம் கொடுத்தல், வாங்குதல், கணக்கெழுதுதல் மூன்றுமே 32 தடவை விபசாரத்தை விடக் கொடிய பாவமாகும் என்கிறது இஸ்லாம் மதம்.

''தருவதற்கு ஆள் இருக்கிறான் என்பதற்காக கடன் வாங்காதே. அதை விடுத்து வேறு மார்க்கம் இல்லை என்று உறுதியானால் மட்டுமே வட்டியில்லாக் கடனை வாங்கு. வாங்கிய பிறகு அந்தக் கடன் உன் மனதை முள்ளாய்த் தைக்கவேண்டும். உறங்கவிடாது உன்னைப் பயமுறுத்தவேண்டும். கடன் உன் மனதை நாளும் அரிக்கவேண்டும். எவ்வளவு சீக்கிரம் முடியுமே அவ்வளவு விரைவாக கடனைத் திருப்பிக் கொடுத்து உன்னை விடுவித்துக்கொள்ளவேண்டும். உன் தகுதிக்கும் அளவுக்கும் மீறி கடன் படவும் கூடாது'' - என்று உலகத்தோர்க்கு உன்னத கருத்தைச் சொன்னார் நபி நாயகம்.

கவிஞர் பிரேம் ராஜ்

''வாங்கக் கூடாதது கடன். வாழ்வில் பெற்றிடலாம் நலம்.''

ஆளற்ற வீட்டிலிருந்து அழுகுரல்

05

மூக்கிலிருந்து குருதி வடிய தலைசுற்றிக்கொண்டிருந்தது அவனுக்கு. கடுமையான பிரயாசத்தின் பின் வீட்டில் இருந்து வெளியேறியவன் காரை அடைந்துவிட்டான். காரை அடைந்தவன் நீயும் வாறியா? என யாரை அழைத்தான்? தான் யாரும் இல்லையே? இவ்வாறான கேள்விகள் எமக்குள் எழத்தான் செய்கிறது. அப்படியானால் அவன் அழைத்தது யார்?

அது வேறு ஒன்றும் இல்லை, அவனுக்கு இறுதிவரை துணையாய் இருந்த, அவனுக்காக பாடுபட்ட, அவனைக் காப்பாற்றத்துடித்த, அந்த வீட்டினுள் நடந்த அசம்பாவிதங்களின் போது அவனுக்காக போராடிய அடிவாங்கி செத்தது போல் கிடந்த அவனது நாயே மீண்டும் எழுந்துகொண்டது. அதைக் கண்ட மகிழ்ச்சியால் தான் இத்தனை சோதனைகளுக்கு மத்தியிலும் புதுத்தெம்புடனும் மகிழ்ச்சியுடனும் எழுந்துகொண்டான்.

கார்க்கதவைத் திறந்து உள்ளே அமர்ந்துகொண்டான். அப்போது எதிர்பாராத விதமாக காற்று பலமாக வீசியது. திறந்திருந்த கார்க்கதவு படார் என அடித்துப் பூட்டிக்கொண்டது. இருட்டினுள் நடந்த இச்செயலால் சிறிது நேரம் பிரயாணத்தில் தடை ஏற்பட்டது என்பதை மறுப்பதற்கில்லை. காரை எடுக்கநினைத்து திறப்பை பார்த்தான். திறப்பை காணவில்லை. திறப்பு எங்கே விழுந்திருக்கும் என யோசித்தான். நிச்சயம் வீட்டினுள் தான் விழுந்திருக்கவேண்டும் என எண்ணியபடி காரைவிட்டு வெளியே இறங்க தீர்மானித்தான். கண்ணாடியை உற்றுப்பார்த்தவன் அதிர்ந்து போனான். காரின் பின் ஆசனத்தில் இருவர் அமர்ந்து இருப்பது போல தெரிந்தது. திரும்பிப் பார்த்தான், யாரையும் காணவில்லை. மீண்டும் கண்ணாடியைப் பார்த்தான், இரண்டு வயது முதிர்ந்த மூதாட்டிகள் பொக்கை வாயுடன் வெளியே நீட்டிக்கொண்டிருந்த பற்களுடன் சிரித்துப் பேசியபடி தலை பார்ப்பது போல தெரிந்தது. நெஞ்சு படபடத்தபடி கண்ணாடியை உற்றுப் பார்த்தான். அந்த மூதாட்டிகளில் ஒருவரின் தலையைக் காணவில்லை. தலையில்லாத ஒருவருக்கு எப்படி பேன் பார்க்கமுடியும்?

வியர்த்துக்கொட்ட ஆரம்பித்தது. தலை விறுவிறுஎன சுற்ற ஆரம்பித்தது. மீண்டும் திரும்பிப் பார்த்தான், ஒன்றையும் காணவில்லை. கண்ணாடியில் தெரிவது ஏன் வெற்றுக் கண்ணுக்குத் தெரியவில்லை? கண்ணாடியில் தெரிந்த உருவம் அவனைப்பார்த்து சிரிப்பது போல இருந்தது, அதன் வாயிலிருந்து இரத்தம் வடிவது போன்ற அகோர தோற்றம் அவனை மெய்சிலிர்க்கச் செய்தது. சிறிது நேரத்தில் அந்த முகம் குரங்கின் முகம் போன்ற தோற்றத்தினை ஏற்படுத்தியது. அதன் கழுத்துப்பகுதியில் இருந்த வெட்டுக்காயம் அழுகிய நிலையில் இருந்தது. வெளியே யாரோ சிரிப்பது போன்ற சத்தம் கேட்டது.

அவன் அருகில் வந்தமர்ந்த அவனது நாய் தன் வாயில் கார் சாவியை கௌவ்விக் கொண்டிருந்தது. அதனை வாங்கி காரை ஸ்ராட் செய்ய ஆரம்பித்தான். வழமையாக உடனே ஸ்ராட் ஆகிவிடும் கார் இன்று ஏனோ ஸ்ராட் ஆக மறுத்தது. திறப்பை திருப்பி மீண்டும் மீண்டும் முயற்சித்தான். முடியவில்லை. அவ்வேளை கண்ணாடியில் பார்த்தவன் அதிர்ந்துபோனான். ஏனெனில் அப்போது பின் ஆசனத்தில் இருந்தவர்கள் மூன்று பேர். முதலில் இரண்டு பேர் தானே இருந்தனர்? மூன்றாவது நபர் எப்படி, எனச் சிந்தித்தவன் அதன் கையில் வெட்டப்பட்ட ஒரு தலை இருப்பதை கண்டதும் அதிர்ச்சியின் உச்சிக்கே சென்றுவிட்டான். நேரத்தை பார்த்தான், இரவு 11மணி. இது அவனுக்கு

திகிலைக் கொடுத்தது. மீண்டும் காரை ஸ்ராட் செய்தான். அது முடியாமல் இருந்தது. அவ்வுருவங்கள் அவனைப் பார்த்து நக்கலாக சிரிப்பது போல இருந்தது. சில நிமிடத்தில் கார்க்கதவு திறப்பது போன்ற சத்தம் கேட்டது. பின்னால் இருந்த உருவங்கள் அப்போது கண்ணாடியில் தென்படவில்லை.

கார் ஸ்ராட் ஆகியது. அப்பாடி, இது போதும் என நினைத்தவன் கியரைப் போட்டு காரை எடுத்தான். வெளியே காற்று பலமாக அடிப்பது போல இருந்தது. காற்றின் வேகத்தில் வெளியே நின்ற புளியமரத்தின் கொப்பு ஒன்று சடார் என முறிந்து விழுந்தது. மயிரிழையில் உயிர் தப்பிக்கொண்டான். சிறிது நேரத்தில் தான் அந்த எண்ணம் தோன்றியது. காற்று அடிப்பதற்கு முன்பாகவே மரக்கொப்பு முறிந்துவிட்டதே. மிக உறுதியாக இருந்த மரக்கொப்பு அவ்வளவு எளிதில் முறியக்கூடியதல்லவே, காரின் மீது முறிய வேண்டியது, சற்று முன்னால் விழுந்ததால் தப்பினேன் என நினைத்தான். அவன் கும்பிடும் தெய்வம் அவனுக்கு உதவி புரிவது போல இருந்தது. மனம் சஞ்சலம் அடைந்தவனாக காரை பின்பக்கமாக திருப்பி வெளியே எடுத்தான். சற்று முன் கண்ட அதிர்ச்சியான சம்பவங்களாலும் காட்சிகளாலும் அவனது உள்ளமும் கைகளும் பதறிக்கொண்டிருந்தது. அவனது நினைவுகள் நடந்தவைகளையே சுற்றிச்சுற்றி நின்றது. அவன் வீதியிலே காரைச் செலுத்தினாலும் சிந்தனையோ பயணத்தில் இருக்கவில்லை. பயத்தினாலும் பதற்றத்தினாலும் காரின் ஸ்ரேறிங் அதிகமாக மிதிபட கார் வேகமாகச் சென்றுகொண்டிருந்தது. இரவு நேரம் என்பதால் விதியில் அவனது காரைத்தவிர வேறு வாகனங்களைக் காணவில்லை. அவனுக்குத் தெரியாமலே காரின் வேகம் கூட ஆரம்பித்தது. கார் அதிக வேகத்தில் செல்வது அவனுக்குப் புரியாதிருந்தது. திடீரென பிறேக் போட்டு நின்றான். வழியில் பாதைக்கு குறுக்காக பெரிய மரம் ஒன்று விழுந்து கிடந்தது. அவனால் அகற்ற முடியாத அளவிற்கு அது மிகப்பெரிய மரமாக இருந்தது.

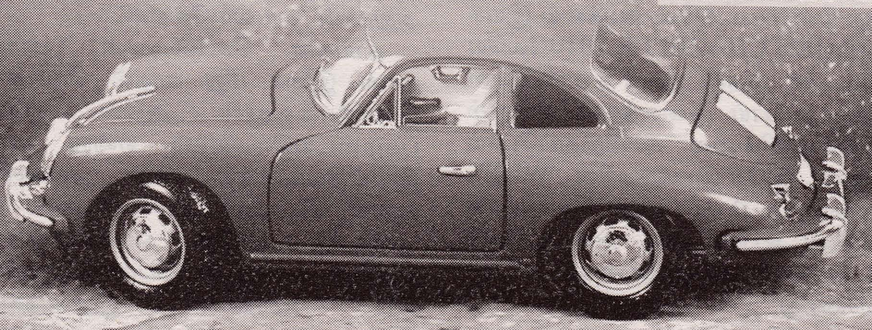
சில நிமிடம் காரை நிறுத்தி என்ன செய்வது என யோசித்தான். நடுவிதியில் அந்த இராப்பொழுதில் அவனுக்கு உதவி செய்பவர் யாரும் இல்லை. என்ன செய்வது, எனச் சிந்தித்தவன் பாதையை மாற்றியே செல்ல வேண்டும். அந்தப்பாதை அடர்ந்த காட்டுப் பாதையாகவே இருந்தது. பகல் வேளைகளில் கூட அவ்வழியில் யாரும் தனியாகச் செல்வதில்லை. அந்த அளவிற்கு பயங்கரமான அந்தப்பாதையில் செல்லவேண்டியுள்ளதே என எண்ணியபடி காரைத்திருப்பி அருகில் இருந்த சந்தி வழியாக செல்ல ஆரம்பித்தான். வீதியில் வெளிச்சமே இல்லை, பகல் பொழுதிலும் கொடிய மிருகங்களும் யானைகளும் அதிகமாக செல்லுமிடம் அது. இரவில் தனியே அடர்ந்த அந்த காட்டின் வழியே கார் வழமையை விட மிக வேகமாக ஓடியது. காற்றைக்கிழித்தபடி வேகமாகச் சென்றுகொண்டிருந்தது அவனது கார்.

மனிதர்கள் யாரும் அற்ற அவ்வேளையில் தூரத்தில் ஒரு பெண் நின்று இரண்டு கைகளையும் நீட்டி காரை மறிப்பது தெரிந்தது. மீண்டும் அவனுக்கு நெஞ்சு படபடவென அடிக்கத்தொடங்கியது. யாரந்தப்பெண்? ஏன் நடுவீதியில் நிற்கிறாள்? இந்த நடு ஜாமத்தில் அவ்விடத்தில் நிற்பது பெண்ணா? பேயா?

மறுஇதழில் பார்ப்போம்.

தொடரும்

வட முனையிலிருந்து அபூர்வன்



மே 14

நல்லதோர் சினிமா

பருவவெளியீட்டுப்பகுதி
யாழ்ப்பாண பொதுசனநூலகம்

லா லா லாண்ட்

LA LA LAND

ORIGINAL MOTION PICTURE SCORE

இசையும் ரொமான்டிக்கும் கலந்த திரைப்படம்

இது ஒரு காதல் திருவிழா. ஹாலிவுட்டில் மட்டுமல்ல, உலகெங்கிலுமுள்ள சர்வதேச திரைப்பட விழாக்கள் அனைத்திலும் அனைவரது கவனத்தையும் ஈர்த்து அதிக சலசலப்பை ஏற்படுத்தியிருக்கும் இசையும், ரொமான்டிக்கும் கலந்த திரைப்படம் தான் 'லா லா லாண்ட்'.

ஒஸ்கார் விருதுக்காக 14 பிரிவுகளில் நாமினேட் செய்யப்பட்டு ஹாலிவுட் சினிமாக்காரர்கள் அத்தனைபேரையும் தூங்கவிடாமல் டிஸ்டர்ப் செய்திருக்கும் லேட்டஸ்ட் சென்சேஷன்தான் 'லா லா லேண்ட்'.

ஏழு கோல்டன் குளோப் விருது, 6 ஒஸ்கார் விருதுகள், 5 BAFTA விருதுகள், SCREEN ACTORS GUILD AWARD, வருடத்துக்கான சிறந்த திரைப்படம் என்ற AFI விருது - என்று இதுவரையில் நூற்றுக்கும் அதிகமான பரிசுகளைத் தட்டிக்கொண்டாலும் இதன் சாதனைப் பட்டியல் இன்னமும் தொடர்கிறது.

இந்தத் திரைப்படத்தின் கதையை இயக்குநர் DAMIEN CHAZELLE 2010லேயே எழுதிவிட்டார். அதன் பிறகு தயாரிப்பாளரைத் தேடி நாயாய் அலைந்தார். எவரும் கண்டுகொள்ளவில்லை. களைத்துப்போய் சோகமானார். இதே இயக்குநரின் 'WHIPLASH' என்ற படம் 2014இல் வெளியாகி பாக்ஸ் ஆபிஸ் ஹிட் அடித்ததோடு 3 ஒஸ்கார் விருதுகளையும் தட்டிச் சென்றது.

இந்த ஆள் கொஞ்சம் பரவாயில்லை என்று இவரது பக்கம் கவனம் திரும்பவே 'லா லா லேண்ட்' உருவாகி வெளியானது. படத்தைப் பார்த்த பலரும், ''அட போங்கப்பா. தேர்றது கஷ்டம். அநேகமா ஊத்திக்கிடும்'' என்ற உதட்டைப் பிதுக்கினார்கள். ஆனால், நாள் ஆக ஆக நடந்ததோ வேறு. ரசிகர்கள் அலைமோதத் தொடங்கினார்கள். யூத் என்று சொல்லப்படும் வாலிபத்துக்காரர்களை மட்டுமல்லாது வயதானவர்களையும் குறிவைத்தது 'லா லா லேண்ட்'.

'மின்சாரக் கனவு' திரைப்படத்தில் பிரபுதேவாவும், கஜோலும் அற்புதமாக ஆடிப் பாடிய ''வெண்ணிலவே'' பாடலை எவராலும் மறக்க முடியாது. பாடல் வரிகள், இசை, ஒளிப்பதிவு, நடனம், நடிப்பு என்று அனைத்திலும் காதலின் ஏக்கமும், தவிப்பும் பொங்கி வழிந்திருக்கும். இந்தப் பாடல் தந்த ரொமான்டிக்கான உணர்வு திரைப்படம் முழுவதும் வந்தால் எப்படி கூத்தடிக்கும் கும்மாளமாக இருக்குமோ அதுதான் 'லா லா லேண்ட்'.

நாயகன் செபஸ்டியன், பாரம்பரிய ஜாஸ் இசை மீது காதல் கொண்ட ஓர் இசைக்கலைஞன். அதில் பேரெடுத்து புகழடையவேண்டும் என்று அதையே இலட்சியமாகக்கொண்டு அலைகிறான். நாயகி மியாவும் தோல்விகளால் துவண்டுவிடாது சிறந்த நடிகையாகவேண்டுமென்ற கனவுடன் போராடுகிறாள். ஒரு சிறு மோதலில் இருவருக்குமான

சந்திப்பு நிகழ்கிறது. தங்கள் கனவுகளைப் பற்றி பேசித் தெரிந்துகொண்டதன் பின் இருவருக்குள்ளும் காதல் துளிர் விடுகிறது. காதலோடு கூடிக் கிடந்தாலும் இலட்சியங்களையும் துரத்துகிறார்கள்.

நிலையான வருமானம் வேண்டும், மியாவை அடையவேண்மென்ற ஆசையோடு ஜாஸ் இசையை நவீன வடிவத்தில் இசைக்கும் குழுவோடு மனம் ஒப்பாமல் விருப்பமின்றி இணைகிறான். இதைப் பார்த்த மியாவுக்க கோபம் வருகிறது. ''உன் கனவு இவ்வளவுதானா. கிடைத்தவற்றுடன் சமரசம் செய்து வாழ்வதா இலட்சியம்'' என்று திட்டுகிறாள்.

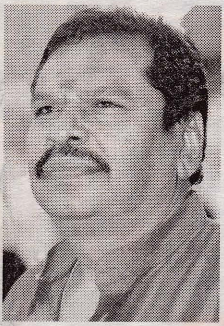
நடிகையாகும் வாய்ப்பு கிடைக்காது போகவே தானே ஒரு கதையை எழுதி நாடகமாக்கி நடிக்கிறாள். செபஸ்டியனால் வரமுடியவில்லை. நாடகத்துக்கு வந்த பார்வையாளர்களும் மிக மிகக் குறைவு. வெறுத்துப் போகிறாள் மியா. காதலும் கலைந்துபோக இருவரும் பிரிகிறார்கள்.

பிரபலமான சினிமாக் கம்பெனி நடிக்கும் வாய்ப்பை வழங்க மியாவைத் தேடி செபஸ்டியனிடம் தகவல் தருகிறார்கள். மியாவைத தேடிப்போய் அழைக்கிறான். மனம் நொடிந்து துவண்டுபோனவள் வர மறுக்கிறாள். அவளுக்குத் தெம்பூட்டி வலுக்கட்டாயமாக அழைத்துச் செல்கிறான். அவர்களுக்குள் ஒரு சின்ன இணக்கம் உண்டாகிறது.

ஐந்து வருடங்களின் பின் காட்சிகள் விரிகின்றன. இருவரும் கணவன் - மனைவி ஆகியிருப்பார்கள் என்று நினைப்போம். நம் எண்ணத்தில் மண் அள்ளிப்போட, அவள் மிகப் பெரிய நடிகையாகி வேறொருவனைத் திருமணம் முடித்து ஒரு குழந்தைக்கும் தாயாயிருப்பாள். அந்தக் காதல் தோல்விக்குக் காரணம் என்ன? ஏன் இணையவில்லை? என்ற கேள்விகளுக்கு இயக்குநர் எமக்குப் பதிலைச் சொல்லாவிட்டாலும் அந்த இடைவெளியை நாம்தான் நிரப்பவேண்டும். அந்த ஓவியமான காதல் நிறைவேறாமல் போனதால்தான் அது காதல் காவியமானது.

மியா தன் கணவனுடன் ஜாஸ் பாருக்கு வருகிறாள். செபஸ்டியன் பியானோ இசைத்துக் கொண்டிருக்கிறான். இருவரின் பார்வைகளும் காந்தமாய் ஈர்த்துக்கொள்ள உணர்ச்சிகரமாய் சந்திக்கின்றன. சோகம், வேதனை, வலி.......... கொப்பளிக்காமல் போட்டிப் போட்டபடி நாசூக்காய் தெறிக்கிறது. தோற்றுப்போன இந்தக் காதல், திருமணத்தில் முடிந்திருந்தால் எப்படி இருந்திருக்கும் என்ற இருவரது எண்ணங்களும் காட்சிகளாய் விரிகின்றன.

அது ஒரு விஷுவல் ரகளை. ரோலர் கோஸ்டரில் பயணித்த பரவசத்தைத் தரும் இந்தக் கிளைமாக்ஸ்தான் இதை வேறு தளத்துக்கு எடுத்துச் செல்கிறது. இதுதான் இந்தப் படத்தின் இமாலய வெற்றிக்குக் காரணமாயிருக்க வேண்டும். காதலுக்கு மரியாதையையும், இசையோடு சேர்ந்த ஒரு கொண்டாட்டத்தையும் தாராளமாகவும் தரமானதாகவும் தந்திருக்கிறது 'லா லா லாண்ட்'.



கவிஞர்
எம்.பிரேம்ராஜ்

நிகழ்வின் பதிவு

யாழ்ப்பாணத்தில் நன்றே நிறைவேறிய பவராஹா இசைக்கலையகத்தின் நான்காம் ஆண்டு நிறைவு விழா

ஈழத்தின் யாழ்ப்பாணத்தில் தனித்துவம் மிக்க 'பவராஹா இசைக்கலையகம்' நான்காவது ஆண்டு விழா 19.04.2017 புதன்கிழமை பிற்பகல் 03.00 மணிக்கு யாழ் நகரில் இடம்பெற்றது. நிகழ்வுக்கு தேசிய சேமிப்பு வங்கியின் உதவி முகாமையாளர் திருமதி ரதினி விமலராஜா அவர்கள் தலைமை வகித்தார். பிரதம விருந்தினர்களாக மூத்த ஊடகவியலாளர் மு.விவேகானந்தன், வற்றாப்பளை மகா வித்தியாலய பிரதி அதிபர் திருமதி சாந்தகுமாரி கமலநாதன் அவர்கள், பிரான்ஸ் திரு.திருமதி இராஜேஸ்வரன் அவர்கள், யோ.புரட்சி ஆகியோர் கலந்து கொண்டனர்.

இக்கலையகத்தில் பயிலும் மாணவர்களின் இசை, நடனம், வாத்திய இசை உள்ளிட்ட நிகழ்ச்சிகள் அரங்கை நிறைத்தன. கலந்துகொண்ட விருந்தினர்கள் உரை நிகழ்த்தினர். மாணவர்கள், விருந்தினர்கள் யாவருக்கும் நினைவுப்பரிசில் வழங்கப்பட்டது. இக்கலையகத்தின் இயக்குநர் தர்சிகா(மேனகா இராசானந்தம்) அவர்கள் அனைத்து விடயங்களையும் நெறியாள்கை செய்து நிகழ்ச்சிகளை நிறைவுபட நடாத்தியிருந்தமை குறிப்பிடத்தக்கது.

2017மகளிர் தினத்தை முன்னிட்டு மட்டுவில்வளர்மதி மகளிர்சங்கத்தினரின்ஏற்பாட்டில்நடைபெற்ற மகளிர் தின நிகழ்வுகளின் பதிவுகள். விளையாட்டுப்போட்டிகள், மனம் மகிழ் நிமிடங்கள் என நல்லதொரு பொழுதினை அமைத்த இம்மகளிர் குழுவினை ஒளிஅரசியின் சார்பில் நாமும் வாழ்த்துவோம்.

Available Places

Kilinochchi - Velan Printers / Siva Pathippagam
Vavuniya - Kalaimagal Printers / Vanni Quick Printers
Batticaloa - Aathavan Printers / New Keen Printers
United Book Shop
Yatiyantota - Swarna Print
Matale - VJ Printers
Thalawakala - Geetha Press / Harani Printers
Umaiyal Printers
Trincomalee - Sun Printers / New Uthayan Printers
Paruththithurai - Jeevan Printers
Kaludawalai - Maaruthi Printers
Nuwara Eliya - Nuwara Eliya Printers
Apeksha Offset Printers
Laxmi Printers
Puttalam - Serendip Printers
Kandy - Vino Printers

Specialized In Wedding Cards

Wedding Cards : Print & Sale

CTP & Colour Separation

United Creation

51A, Negombo Road, Peliyagoda.
Tel : 0112 938 083, 0115 767 309
Mobile : 0777 347 452
Email : unitprintek@gmail.com

European Language Centre Vavuniya

இலங்கையில் தனி ஐரோப்பிய மொழிகளுக்கான பயிற்சி நிலையம் வவுனியா, யாழ்ப்பாணம், கிளிநொச்சி போன்ற பிரதேசங்களில் இடம்பெற்று வருகின்றது. எமது கல்வி நிறுவனத்தில் 270க்கு மேற்பட்ட மாணவர்கள் சர்வதேச மொழிப் பரீட்சையில் சித்தியடைந்து வெளிநாடு சென்றுள்ளார்கள். தற்போது புதிய வகுப்புக்கள் ஆரம்பமாக இருக்கின்றன. வெளிநாடுகளில் பயிற்சி பெற்ற ஆசிரியர்களினால் சர்வதேச மொழி கற்பிக்கப்பட்டு வருகின்றன.

விசேட விலைக் கழிவுடன்

German, French, Italian, Deutsch

பதிவுகளுக்கு முந்துங்கள்

வவுனியாவில்...
இல. 105, கந்தசாமி கோவில் வீதி, வவுனியா.
076 963 9447, 024 561 6556

கிளிநொச்சியில்...
இல. 07, பழைய கச்சேரி வீதி,
கிளிநொச்சி. 021 5611725

யாழ்ப்பாணம்...
பிரதான வீதி, (ஆயர் இல்லத்திற்கு முன்பாக)
021 2215569, 0770745312

Managing Director G. K. Vincent

Email.europeanlanguage2015@gmail.com