



மகளிர் தின
சிறப்பு மலர்



2013





சதீஸ்



ஒளிப்பதிவு & படப்பிடிப்புக் கலையகம்

விடியோ & போட்போ படப்பிடிப்பு
பாடல் ஒளிப்பதிவு, விடியோ மாத்தொகுப்பு
அல்பம் வடிவமைப்பு



அனைத்து விதமான திரைப்படங்கள்,
கசந் CD, DVD விற்பனை
உங்கள் இல்லங்களில் நடைபெறும் நிகழ்வுகளை
நேரடியாக கண்டு களிக்க இணைய தொலைக்காட்சி சேவை

Tel: 0774219408 / 0770873636
0770391249

பிரம்பாடி வீதி கொக்குவில்
25, பஸ் நிலையம், யாழ்ப்பாணம்

விஷ்ணுஜா பந்தல்

பந்தல், கதிரை சொக்கட்டான் பந்தல்,
அனைத்து சமையல் பாத்திரங்கள், கேக் வகைகளை
உங்கள் விருப்பத்திற்கு ஏற்ற வகையில் ஓடர் செய்து பெற்றுக்
கொள்ள நீங்கள் நாடவேண்டிய ஒரே இடம்.

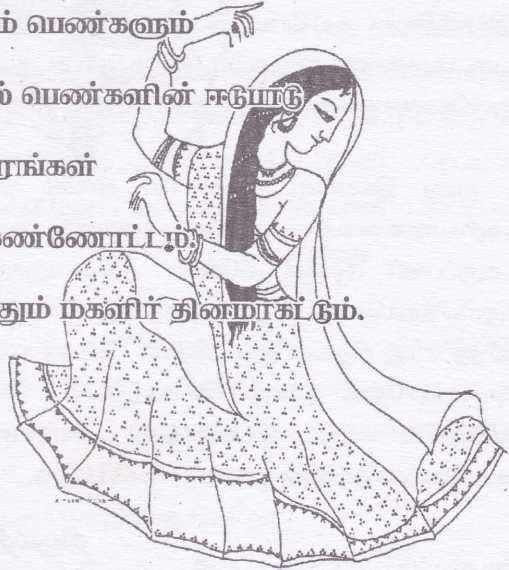


Tel: 0771326489

இல.255, நாவலர் வீதி, அரியாலை.

உள்ளடக்கம்

- * உள்ளடக்கம்
- * ஆசியுரை
- * உங்களுடன்
- * உளநெருக்கீடுகளும் வணிகளும்
- * வாழ்ந்து காட்டு வணிகளே
- * பதின்மகால திருமணங்களும் கார்ப்பமும்
- * மூடிக்கிடந்த கதவுகள்
- * மூடநம்பிக்கைகளும் வணிகளும்
- * மீன்பிடித்தொழிலில் வணிகளின் ஈடுபாடு
- * நம்பிக்கை நட்சத்திரங்கள்
- * கருக்கலைப்பு ஒரு கண்ணோட்டம்!
- * மாற்றத்தை ஏற்படுத்தும் மகளிர் தினமாகிடும்.
- * நன்றியுடன் நாம்



வெளியீடு :

சமாதானத்திற்கும் நல்லிணக்கத்திற்குமான பணியகம்
08, குருசோ வீதி,
சுண்டக்குளி,
யாழ்ப்பாணம்.

உங்களுடன்....

102வது சர்வதேச மகளிர் தினமான இன்று எமது பிரசவத்தில் ஈன்ற இச்சிசுவை உங்கள் கரங்களில் தவழவிடுவதில் பெருமகிழ்ச்சியடைகின்றோம். இச்சஞ்சிகை தாங்கிவரும் இனிய கருத்துக்களைச் சமூகம் வாசித்துப் பயன்பெற வேண்டும் என்று விரும்புகின்றோம். இவ் விழாவின் முழுமையினை காலத்தில் நிலைநிறுத்தும் பிரதிவிம்பமான இச்சஞ்சிகை அறிவுசார் பெருந்தகைகளின் எண்ணக்கருக்களையும் எமது பயனாளிகளின் ஆற்றல், திறமை வெளிக் கொணர்வையும் தாங்கிவருவதால் பெண்களின் வாழ்வியல் பிரச்சினைகளுக்கு உளம், உடல் ரீதியான ஆற்றுப்படுத்தலையும் அறிவுரைகளையும் வழங்கி பயனுள்ள நூலாக இது அமையும் என நம்புகின்றோம்.

இனிவரும் காலங்களிலும் இச்சஞ்சிகையை மெருகப்படுவதில் பயனாளிகள் முழுமையான ஆர்வம் செலுத்த வேண்டும். அவர்கள் சிந்தனைத்திறன்கள், அனுபவங்கள் பொலிவு பெறவும், அவர்கள் ஆளுமை விருத்தியில் இச்சஞ்சிகை உயிரோட்டம் பெற வேண்டும். இச்சஞ்சிகை வலுப்பெற படைப்புக்களைத் தந்துதவிய பெருந்தகை கட்டும், ஆக்கங்கள் தந்து ஆதரித்த ஒவ்வொருவருக்கும் எமது இதயம் நிறைந்த நன்றிகள்.

எமது இக்கன்னி முயற்சியில் ஊக்கம் தந்து, ஆலோசனைகளையும், அறிவுரைகளையும், வழிப்படுத்தலையும் வழங்கிய எமது இயக்குநர் அருட்பணி பிரவீன் மகேசன் அடிகளாருக்கு மனமார்ந்த நன்றிகளைத் தெரிவித்துக்கொள்கின்றோம். இவ்விதழ் சிறக்க உழைத்த, உடனிருந்து ஊக்கு வித்த எமது நிறுவன குடும்பத்தினர் அனைவரையும் நன்றியோடு நினைத்துக் கொள்கின்றோம். இச்சஞ்சிகை சுமந்துவரும் செய்திகள் உங்கள் வாழ்க்கைப் பாதையில் வரும் இடர்களுக்கும் காயங்களுக்கும் மருந்தாகும் என்ற உணர்வுடன் இவ்விதழைச் சமர்ப்பிக்கின்றோம்.

நன்றி

திருமதி பெல்டானோ ஜெசிக்கா

இதழாசிரியர்

பெண்கள் பிரிவு

சமாதானத்திற்கும் நல்லிணக்கத்திற்குமான பணியகம்,

யாழ்ப்பாணம்.

ஆசிச்செய்தி

இன்று உலகம் பல வழிகளில் வளர்ந்துவரும் அதேவேளையில் பொருளாதார, சமூக, கலாசார மாற்றங்களையும் சந்தித்து வருகிறது. அதே போல் பெண்களும் இன்று பல வழிகளில் பல துறைகளில் ஆணுக்கு சமமாக வளர்ச்சியடைந்து வருகின்றனர். பெண்கள் என்றும் சமுதாயத்தில் முக்கிய முதுகெலும்பாக திகழ்கின்றனர். பெண் பிறப்பிலிருந்து இறப்புவரை பல கதாபாத்திரங்களை ஏற்று குடும்ப, சமுதாய, பொருளாதார, கலாசார முன்னேற்றத்திற்கு காத்திரமான பங்களிப்பு நல்குகின்றாள்.

ஆனால் துரதிஷ்டவசமாக பல நாடுகளிலும் பெண்கள் பல சமூக, கலாசார நெருக்குவாரங்களில் சிக்குண்டு, பல வழிகளில் பாதிப்புக்குள்ளாகின்றாள். அந்த வகையிலும் சர்வதேச மகளிர் தினமான (மார்ச் 8ந் திகதி) இந் நன்னாளில் பெண்களின்-சாதனைகளையும் அவர்களின் முக்கியத்துவத்தினையும் எடுத்துக்காட்டும் நல்ல சந்தர்ப்பமாக அமைகிறது. அந்தவகையில் அவர்களை நல்ல தலைவர்களாக மாற்றி, நம்பிக்கையுள்ள நல்ல பிரஜைகளை மிளிரச்செய்ய அமல மரித்தியாகிகள் சபையின் நிறுவனமாகிய சமாதானத்திற்கும் நல்லிணக்கத்திற்குமான பணியகம், பல்வேறு வேலைத்திட்டங்களை முன்னெடுத்து வருகின்றது.

அந்த வகையில் சர்வதேச மகளிர் தின நன்னாளில் அவர்களின் திறமைகள் அடங்கிய இந்த-சஞ்சிகை வெளியிடப்படுகிறது. அத்துடன் இதற்கு முழுமூச்சாக செயற்பட்ட சமாதானத்திற்கும் நல்லிணக்கத்திற்குமான பெண்கள் பிரிவின் அங்கத்தவர்களுக்கும் இது நல்ல முறையில் வெளிவர உதவியவர்களுக்கும் நன்றி கூறுகின்றேன்.

அருட்பணி பிரவின் அமதி

இயக்குனர்

சமாதானத்திற்கும் நல்லிணக்கத்திற்குமான பணியகம்,

யாழ்ப்பாணம்.

உளநெருக்கீடும்

பெய்களும்

மகிழ்ச்சி எல்லோருக்கும் சொந்தமானது. அதனை நாடியே நாம் ஒவ்வொருவரும் தினமும் ஓடுகின்றோம். நாளாந்தம் பெருமளவு சக்தியை செலவு செய்து தேடுகின்றோம். ஆனால் இந்த மகிழ்ச்சி நோக்கிய எமது தேடல் எனக்கும், பிறருக்கும் சாதகமானதா அல்லது பாதகமானதா எனக்கண்டறிந்து செயற்படவேண்டியுள்ளது.

பிறர் என்னை மகிழ்ச்சியுடன் வாழ விடுகிறார்கள் இல்லையே என எண்ணி வருந்துவதற்கு முன்னர், நான் என்னை மகிழ்ச்சியுடன் வைத்திருக்க அக, புறக் காரணிகளை அவதானித்து நடந்துகொள்கிறேனா என்பதில் அக்கறையுடன் இருக்கவேண்டிய கடப்பாடு எம் ஒவ்வொருவருக்கும் அவசியமான விழிப்புணர்வாகும். இதனை இலகுவாக தேடிவிட முடியாது என்பதும் நாம் அனைவரும் கண்டறிந்த உண்மையே! மனிதனின் மகிழ்ச்சிக்கு அகச்சூழல் மட்டுமல்ல புறச்சூழலும் அதனை நாம் கையாளும் தன்மைகளும் பெரும் பங்காற்றுகின்றன.

உடலும், உளமும் ஒருங்கே இணைந்த நாம், வாழ்க்கையின் பல கட்டங்களில் உளநெருக்கீடுகளுக்கு உள்ளாகின்றோம். இருப்பினும், இவற்றைக் கையாளும் திறன் ஒவ்வொருவரிலும் அவரின் அனுபவங்கள், திறன், மனப்பாங்குக்கேற்ப வேறுபட்டுக் காணப்படுகின்றது.

எமக்கு ஏற்படும் பிரச்சினைகளுக்கு நாம் முகங்கொடுக்க முடியாது மனஉளைச்சலுக்கு ஆளாகும்போது உளநெருக்கீடு உண்டாகின்றது. எனவே இது எம் எல்லோரது வாழ்விலும் தவிர்க்க முடியாததாகையால், அதனை எதிர்கொள்ளக்கூடிய முறைகளை அனுபவம், கற்றல் வழி தெரிந்துகொள்வதன் மூலம் ஓரளவேனும் ஆரோக்கியமான முறையில் முகங்கொடுப்பதற்கு கைகொடுக்கின்றது.

மனிதன் மனஅமைதிபற்றிச் சிந்திக்காது, உடலின் உந்துதலுக்கும், உணர்ச்சிகளுக்கும், தான் விரும்பியவற்றிற்கும் முன்னுரிமை கொடுத்து விடுவதால் அவற்றின் பின்விளைவுகளின் விபரீதங்களை கருத்திற் கொள்ள மறந்துவிடுகின்றான். இதற்கேற்ப நேரமும், பதவியும், சந்தர்ப்ப சூழலும், போட்டிபொறாமைகளும், பழிவாங்கல்களும், குழுமோதல்களும், தொடர்புசாதனங்கள், ஊடகங்களின் தவறான வழிகாட்டல்களும் எதிர் பாராதவிதமாக சிலவேளைகளில் அவனைத் திக்கு முக்காடச் செய்கின்றன. சில சந்தர்ப்பங்களில் நிரபராதிகளும் கூட சந்தர்ப்பவசத்தால் காரணமின்றி பாதிக்கப்படுகின்றனர்.

பெண்களின் உளநெருக்கீடு:-

படைப்புகளுள் மேன்மையாகக் கருதப்படும் மனித இனத்தில் பாலினம் ஆணும் பெண்ணும் மட்டுமே. மனித வாழ்க்கையில் ஆணில் பெண்ணும், பெண்ணில் ஆணும் தங்கி வாழவேண்டியிருப்பது நியதியே. இருப்பினும் பெண்கள் சமூகத்தில் பிறப்பு முதல் இறப்பு வரை ஏதோ ஒரு வகையில்



உளநெருக்கீடுகளுக்கும் பாரபட்சத்திற்கும் ஆளாகின்றனர். கருவறை முதல் கல்லறை வரை பெண் தனது உடலுக்கும், உயிருக்கும் பலத்த பாதுகாப்பு தேடவேண்டியுள்ளது. குழந்தைகள் முதல் பாட்டிவரை தம் கற்பை காப்பதற்கும், குடும்பத்தை ஆரோக்கியமான முறையில் வழி நடத்துவதற்கும், பொருளாதாரத்தை தேடவும், தேடியதை பேணிப்பாது காக்கவும் ஆண்சமூகத்துடன் பெருமளவு உடல், உள சக்தியை பிரயோகிக்கவேண்டியுள்ளது. பெண் வலுவழிந்தவள், இரண்டாம் தரத்தில் உள்ளவள் எனக் கூறி, பல சந்தர்ப்பங்களில் அவர்களைப் பகடைக்காய்களாகப் பயன்படுத்தும் ஆண்சமூகம் தமது சந்தர்ப்பத்திற்கும், தேவைக்குமேற்பெண்ணுக்கு வலுவூட்டி முதலாம் தரத்திற்கு

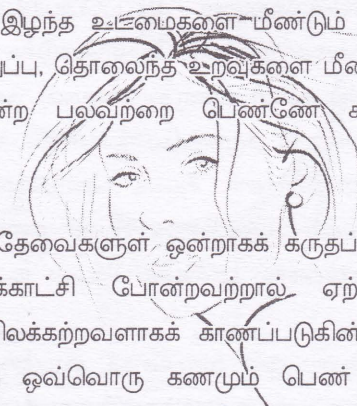
உயர்த்த ஒருபோதும் பின்னிற்பதில்லை. பெண்களுக்கு சமஉரிமையும், உளவிடுதலையும் கொடுக்க பல சந்தர்ப்பங்களில் அவர்கள் விரும்பினாலும் கூட, சிறுவயதில் இருந்தே "நீ ஆண்பிள்ளை" எனப் பெருமைகூறி ஊட்டி வளர்க்கும் பெற்றோரும், சமூகமும் முக்கியமான தீர்மானங்களிலும், தீர்வுகளிலும் அவற்றை நடைமுறைப்படுத்துவதிலும் ஆண்பிள்ளை சமூகத்திற்கே முன்னுரிமை கொடுத்து பெண்சமூகத்தின் கருத்துக்களை புறந்தள்ளுவதற்கு முனைந்து நிற்கின்றனர் இச்சந்தர்ப்பத்தில் "பெண்புத்தி பின்புத்தி" எனக்கூறுவதற்கு சோர்ந்து விடுவதில்லை என்பது கண்கூடு.

பாலியல் நடத்தைகளில் யார் தவறினாலும் பாதிப்பு பெண்ணுக்கே! போரின் பின்னரான சூழலில் வாழ்ந்துகொண்டிருக்கும் நாம், நாளாந்தம் சமூகத்தின் சொல்லொணாத் துன்பங்களை இக் காலகட்டத்தில் பத்திரிகைகள், ஊடகங்கள் மூலம் அறிகின்றோம். பாலியல் பழி வாங்கல்களுக்காக அப்பாவிக் குழந்தைகளைப் பயன்படுத்துவதும், சிறுவர் துஸ்பிரயோகங்கள் அதிகரிப்பதும் தமிழினத்திற்கு மிகுந்த வேதனையைத் தருகின்றது.

பெற்றோரும், பெரியோரும் காலங்காலமாக சேமித்த பல இலட்சம் பெறுமதியான சொத்துக்களையும், பொருளாதாரத்தையும் பயன்படுத்தி, தமது பிள்ளைகளை போர்க்கால கெடுபிடிகளிலிருந்து பாதுகாப்பதற்காக வெளிநாடுகளுக்கு அனுப்பிவைத்து இங்கே தனித்து ஆதரவின்றி வாழ்ந்து வருகின்றனர். இவ்வயோதிபர்கள் தற்காலத்தில் ஒரு சோடி தோட்டிற்காகவோ, ஒரு மோதிரத்திற்காகவோ, ஒருசில நகைகளுக்காகவோ கொடூரமாகக் கொலைசெய்யப்படுவதை ஊடகங்கள் மூலம் அறிகின்றோம். போரின் இழப்புக்கள் எம்மவரின் நீண்டகாலப் பரம்பரைச் சொத்துக்களையும், உறவுகளையும் காவுகொண்டமை அளப்பரிய உள நெருக்கீட்டை எம் ஒவ்வொருவரிலும் ஆழமான வடுக்களாகப் பதித்துள்ளது. இவ்வாறான உள்பாதிப்புக்களிலிருந்து நாம் மீண்டெ

மூவதற்கான உள ஆரோக்கியத்தை வளப்படுத்தக்கூடிய சூழலை மீண்டும் கட்டியெழுப்ப பெருமளவு மனோசக்தி எம் ஒவ்வொருவருக்கும் தேவைப்படுகின்றது.

போரில் இழந்த ஆணின் குடும்பப் பொறுப்பு, பிள்ளைகளின் பொறுப்பு, கைவிடப்பட்ட வயோதிபரின் பொறுப்பு, உழைத்துக் குடும்பத்தை காக்கவேண்டிய பொறுப்பு, இழந்த உழைமைகளை மீண்டும் தேடவேண்டிய பொறுப்பு, சீதனப்பொறுப்பு, தொலைந்த உறவுகளை மீண்டும் கண்டுபிடிக்கும் பொறுப்பு போன்ற பலவற்றை பெண்ணே சுமக்க வேண்டியுள்ளது.



தற்போதைய அத்தியாவசியத் தேவைகளுள் ஒன்றாகக் கருதப்படும் தொலைபேசி மற்றும் தொலைக்காட்சி போன்றவற்றால் ஏற்படும் பாதிப்புக்களுக்கும் பெண் விதிவிலக்கற்றவளாகக் காணப்படுகின்றாள். இவை எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக ஒவ்வொரு கணமும் பெண் தன் கற்பைப் பாதுகாப்பதற்கும் பிள்ளைகளைக் கண்காணிப்பதற்கும் மிகக் கூர்ந்த கவனம் எடுக்கவேண்டிய கடப்பாடுள்ளவளாய் இருக்கின்றாள்.

போரின் தாக்கங்களும், வறுமையும் பல இடம்பெயர்ந்த குடும்பங்களில் மேலோங்கி நிற்பதால் பெண் தலைமைத்துவக் குடும்பங்கள் பசியையும் பட்டினியையும் நிவர்த்திசெய்ய ஊதியம் குறைவாயினும் வேலை வாய்ப்பு தேடவேண்டியுள்ளது. இந் நிலையில் அவர்களின் சிறு பிள்ளைகளே, பிள்ளைகளைப் பராமரிக்க வேண்டிய நிர்ப்பந்தத்திற்கு உள்ளாகின்றனர். பெற்றோர்களை இழந்த சிறுவர்களை, கணவனை இழந்த பாட்டி பராமரிப்பது மட்டுமல்லாமல் அவர்களின் வாழ்வாதாரத்திற்குப் பொருளாதாரமும் தேடவேண்டியுள்ளது. இந்நிலையில் மேலும், மேலும் உளநெருக்கீட்டுக்குள்ளாகும் பெண்கள் மிகுந்த மனவிரக்தியுடன் மனச்சோர்விற்கு ஆளாகும் சந்தர்ப்பங்கள் அதிகரிக்கின்றன. எதிர்காலம் பற்றிய தெளிவின்மையும், நம்பிக்கையின்மையும் அவர்களது வாழ்வை இருள்மயமாக்குகின்றது.

சமூகத்தின் பாரபட்சத்திற்கு முகங்கொடுக்கும் பெண்கள் போரின் இழப்புக்களால் மேலும் உளநெருக்கீட்டுக்குள்ளாகி மீண்டெழ வழிதெரியாது தடுமாறி தவறான சக்திகளால் சமூகச் சீர்கேட்டு செயல்களுக்குப் பயன்படுத்தப்படுவது மிகவும் வருந்தத்தக்க விடயமாகும். பெண் தனது திறமைக்கேற்ப வேலை வாய்ப்புக்களை முன்னெடுத்தாலும் இடப்பெயர்வுகளால் ஏற்பட்ட கூட்டுக்குடும்ப வாழ்க்கை முறைக்கு தோள்கொடுக்க முடியாது மீண்டும் சோர்ந்துபோகும் சந்தர்ப்பங்கள் காணப்படுகின்றன. கணவனை இழந்த பெண்கள் கலாசார ரீதியாகவும் சமூகத்தில் தள்ளிவைக்கப்படுவதால் உள நெருக்கீட்டுக்கு உள்ளாகின்றனர். சீதனக் கொடுமையால் மணம் முடிக்கும் வாய்ப்பை இழக்கும் பெண்களும், பெண் தலைமைத்துவங்களும் அக, புறச்சூழல் தாக்கங்களால் பாலியல் பிறழ்வு நடத்தைகளுக்கு தூண்டப்படுகின்றனர்.

நியாயமான வாழ்க்கைச் சூழலுக்கும், எதிர்பார்ப்புக்களுக்குமிடையே போராட்டம் அதிகரிக்கும்போது வாழ்க்கையில் சமநிலையைக் கையாள முடியாத நிலையில் சிலர் உளநெருக்கீட்டுக்கு உள்ளாகின்றனர். இதனை எதிர்கொள்ளமுடியாத நிலையில் கொலை, தற்கொலை, கொள்ளை, குழுமோதல், பழிவாங்கல், கடத்தல், மதுபோதைப் பாதிப்புக்கள் போன்ற பல சமூக வன்முறைச் செயல்களில் ஈடுபட்டு சமூக சீர்கேடுகளுக்கும் ஆளாகின்றனர்.

பாலியல் பிறழ்வு நடத்தைகள் அதிகரிப்பதால் பிள்ளைகள் தம்மை எவ்வாறு பாதுகாப்பது என்பது பற்றிய அறிவைப் புகட்டப் பெரியோர் கடமைப்பட்டுள்ளனர். ஒருவர் தன்னை நல்ல முறையில் ஆளக் கற்றுக்கொள்ளும்போதே பிறரையும் நல்வழிப்படுத்த வலுப்பெறுகின்றார். எமது ஆற்றல்களையும், சக்திகளையும் கண்டறிந்து தன்னம் பிக்கையினையும் மனத்துணியையும் வளர்க்க முன்வரவேண்டும். எண்ணக்கருவின் மறையான எண்ணங்களை நேரானவையாக மாற்ற வேண்டும். அப்போது வினைத்திறனுள்ள மனச்சாட்சிக்கு அடிக்கடி பதில்

சொல்லக் கூடியவர்களாக வாழ முயற்சிப்போம். ஒருவன் தன்னைக் குறை நிறைகளுடன் ஏற்றுக்கொள்ளக் கற்றுக்கொள்ளும் போதே அயலவனின் குறை நிறைகளையும் அவனது கோணத்திலிருந்து கண் நோக்கக் கற்றுக்கொள்கின்றான் என உளவியலாளர்கள் கூறுகின்றார்கள்.

உளநெருக்கீட்டின் குணங்குறிகள்.

1. அடிக்கடி கோபம்
2. அந்தரம் / சினம்
3. மன ஒருமைப்பாடு குறைதல்
4. ஸ்திரமற்ற மனநிலை
5. யோசனை கூடுதல் / கவலைப்படல்
6. தமது குணங்குறிகளை விபரிக்க கஷ்டப்படல்



மேற்குறித்த குணங்குறிகள் காணப்படும்போது களைப்பு, தலையிடி, தசையிறுக்கம், பசியின்மை / அதிக பசி, மாதவிடாய்க் கோளாறுகள், பாலியல் செயற்பாடுகளில் மாற்றம் என்பன அவதானிக்கப்படுகின்றன. இவ்வாறான உளநெருக்கீடுகளால் பாதிக்கப்படுவோருக்கு உள வளத்துணை பெரிதும் ஆதரவளிக்கின்றது.

பெண்களின் உடல், உள சமூகத் தேவைகள் பிரத்தியேகமானதாகக் காணப்படுவதால் போரின் பின்னரான தாக்கங்களினாலும் அதன் விளைவுகளினாலும் பாரிய அளவில் பெண்களில் பாதிப்பை ஏற்படுத்தி மன உளைச்சல்களையும் ஆறாத வடுக்களையும் உண்டாக்கியுள்ளன. இவற்றை எமது சமூகம் கருத்தில் கொண்டு, அவர்களின் தேவைகளைப் புரிந்துகொண்டு மீண்டெழ வலுவூட்டக் கடமைப்பட்டுள்ளது.

திருமதி.விரோமி லெனாட்
தலைவர் உளவளத்துணையாளர்,
சாந்திகம்.

வாழ்ந்து காட்டு பெண்ணே!

பட்டாப் பூச்சியாய் திரிந்த
உன் வாழ்க்கை
பாழ்பட்டுப் போனதற்கு
தீ மட்டும்தான் காரணமல்ல
உன் பருவமுந்தான் காரணம்!

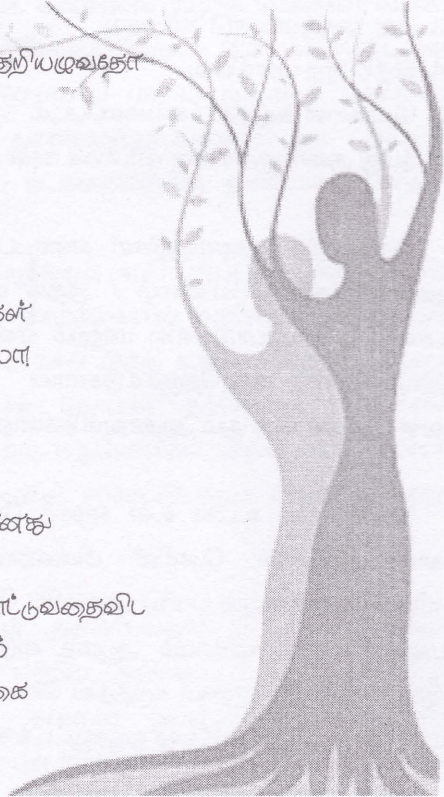
கைவிட்டுப் போன கணவனை
தீ எண்ணி கசிந்துருளுவதோ கத்தியழுவுதோ
உன் மனக் காயத்திற்கு
மருத்தாகுமா?

“பெண்” தான் என்முதன்மல்
பெசாமல் திருக்கட்டாம்!
பெருக்கதையும் பணக்கின்றுமாய்கள்
பெருமையாக என்னை கைத்தலலோ!

விவேகம் கெட்டால் பெண்ணே...
விசம்போல் யலப்புவதால்
விடிவு கிடைக்குமென யாரி எசன்னாது

புரட்சிப் பெண்ணாக வாழ்ந்து காட்டுவதைவிட
புழப்போல் தீ சுருண்டு கிடந்தால்
பூக்கக் குலுக்குமா உன் வாழ்க்கை

உன்னை கைவிட்ட கணவனை
மெய் மறந்து வாய் பிளக்க வேண்டாம்
உன்னை பார்த்து நேசித்து
புகுவாழ்க்கை வாழ்ந்து காட்டு பெண்ணே



செ.நிஷாந்தினி
உதயம் பெண்கள் குழு,
உள்காவற்துறை.

பதினம் வயதுப்பருவம் என்பது 11-19 வரையான காலப்பகுதியாகும். இதன் போது தான் உடலீதியாகவும், மனரீதியாகவும் பாரிய மாற்றங்கள் நிகழ்கின்றன. இப்பருவம் கட்டிளைமைப்பருவம் என அழைக்கப்படுகின்றது. இப்பருவத்தினர் வாழ்க்கையின் முக்கியமான காலகட்டத்தில் இருப்பவர்களாவார். ஏனெனில் கட்டிளைமைப்பருவத்தில் எடுக்கப்படும் முடிவுகள் தவறானவையாக அமைவதற்கான சாத்தியக் கூறுகளே அதிகமாகும். இதற்குக் காரணம் இவர்கள் எல்லாவற்றையும் அறியவும் அனுபவிக்கவும் வேண்டும் என்ற ஆவல் கொண்டிருப்ப

பதினம் வயதுத் திருமணங்களும் கர்ப்பமும்

தேயாகும். இதனால் இப்பருவத்தினர் மற்ற வயதுக்குமுவினரைவிட இலகுவில் தடம் புரண்டு விடுகின்றனர். இலங்கையில் சட்டரீதியாக திருமணம் செய்து கொள்வதற்காக அங்கீகரிக்கப்பட்ட வயது பெண்களுக்கு 18 வருடங்களுக்கு மேல் ஆகும். ஏனெனில் 18 வயதின் பின்னரே ஒரு பெண் மனரீதியாகவும் உடலீதியாகவும் திருமணத்திற்கும் குழந்தைப்பேற்றுக்கும் தகுதி பெறுகிறாள். அண்மையில் வெளியான கணிப்பீடுகளின்படி உலகம் முழுவதும் 15 மில்லியனிற்கு மேற்பட்ட பதினம் வயதுத்தாய்மார் ஆண்டுதோறும் குழந்தைகளைப் பெற்றெடுக்கின்றனர். கட்டிளைமைப்பருவ கருத்தரித்தலானது தாயாகும் பெண்ணை மட்டுமல்ல பிறக்கும் சிசுவையும், குடும்பத்தையும், சமூகத்தையும் பாதிப்பிற்குள்ளாக்குகின்றது. கட்டிளைமைப்பருவத்தில் கர்ப்பம் தரிப்பதால் கர்ப்பிணிகளுக்கு ஏற்படும் பாதிப்புகளை மூன்று வகையாகப் பிரித்து நோக்கலாம்.



1. உடல் ரீதியான பாதிப்பு
2. உள ரீதியான பாதிப்பு
3. சமூக ரீதியான பாதிப்பு உடல் ரீதியாக ஏற்படும் பாதிப்புகளைக் கருதும் போது போசனைக்குறைபாடு முக்கியமான இடத்தைப்பெறுகின்றது. போசனைக்குறைபாட்டினால் கர்ப்பத்தில் உள்ள சிசு கருச்சிதைவிற்கு உட்படலாம், அங்கக்குறைபாட்டுடன் பிறக்கலாம். நிறை குறைவு, குறை மாதப்பிரசவம், கருப்பையினுள் இறப்பு என்பவற்றுக்கு உள்ளாகலாம். அதனைவிட கட்டிளைமைப்பருவத்தில் கர்ப்பம் தரிப்போருக்கு கர்ப்பகாலத்தில் ஏற்படக்கூடிய நோய்கள் ஏற்படுவதற்குரிய சாத்தியக்கூறு மற்றவர்களைவிட பன்மடங்கு அதிகமாகும். அவற்றுள் கர்ப்பகால உயர் குருதியழுக்கமும் மற்றும் அதனால் தாய்க்கும், குழந்தைக்கும் ஏற்படக் கூடிய பாதிப்புகளும் உள்ளடங்கும். கர்ப்பகால உயர்குருதியழுக்கத்தால் கருப்பையிலுள்ள சிசுவானது இறப்பிற்கு உள்ளாகலாம். குறைந்த வளர்ச்சி வீதம் மூச்சுத்திணறல் குறைமாதப்பிரசவம் என்பவற்கு உட்படலாம். கர்ப்ப காலத்தில் ஏற்படக்கூடிய வாந்தியானது கட்டிளைமைப்பருவ கர்ப்ப வதிகளில் அதீதஅளவில் ஏற்படுகின்றது. இதனால் போசனைக்குறைபாடு வேறு பல பிரச்சனைகளுக்கு வழி வகுக்கின்றது. கர்ப்பகாலத்தில் ஏற்படும் சலக்கிருமித்தொற்றானது கட்டிளைமைப்பருவக் கர்ப்பங்களில் ஏற்படக் கூடிய சந்தர்ப்பம் அதிகமாகும். இதனால் குறைமாதப்பிரசவம் சிசுஇறப்பு, நிறைகுறைவான பிள்ளைகள் பிறத்தல் போன்ற தீயவிளைவுகள் ஏற்பட இடமுண்டு.

இவற்றைவிட கட்டிளைமைப்பருவக் கர்ப்பங்கள் உளரீதியான சிக்கல்களையும் தோற்றுவிப்பதோடு தற்கொலை போன்ற தவறான முடிவுகளையும் எடுப்பதற்கு தூண்டியாகவும் அமைகின்றது. எனவே கட்டிளைமைப்பருவத்தில் சட்டபூர்வமற்றதிருமணங்களையும், நெறி தவறிய உறவுகளையும் தவிர்பதன் மூலம் எதிர்காலத்தில் சிறந்ததொரு சமூதாயத்தை உருவாக்குவோம்

Dr.ஜனனி

SISIL WORLD



SISIL WORLD



புத்தாண்டை முன்னிட்டு
விசேட சலுகைகள் வழங்கப்படும்.

SISIL WORLD

இல.106, கே.கே.எஸ் வீதி, யாழ்ப்பாணம்.

TEL: 021 2219291

3-5 வருட நீடித்த உத்தரவாதம்
மேன்மையான விற்பனைக்கு பிந்திய சேவை
வட்டியின்றிய இலகு தவணைக் கொடுப்பனவு முறை
கடனடைகளுக்கு வட்டியின்றிய தவணைக் கொடுப்பனவு முறை



எமது நிறுவன செயற்பாடுகளின் போது



வாழ்வாதார உதவித்திட்டத்தின் போது



மகளிர் தின நிகழ்வுகளில் போது

மூடிக்கிடந்த

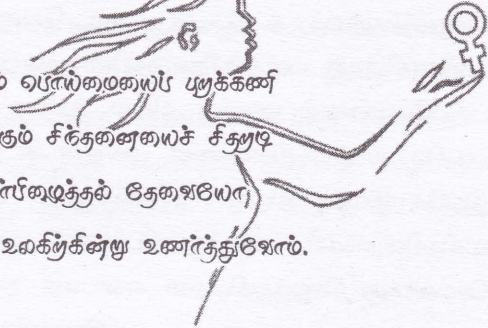
கதவுகள்



மூடிக்கிடந்த கதவுகள் மூன்றுகை தளர்ந்தது

தேடித் தேடி அடித்த ஊழ்நீல் பாதையொன்று தெரியுது
யுகங்களின் மௌனத்தை இன்று நாம் கலைக்கின்றோம்
செருமென் தேடி நாம் சொன்னதெல்லாம் செருமென்.

வெள்ளையே உயர்வு என்னும் வெண்மையைப் பூக்கணி
அடக்க அடக்க மந்தை ஏல்க்கும் சந்தையையேச் சீதழடி
உணர்வுகள் மரத்து நாம் உயிர்த்துத்தல் தேவையொ
உண்டு மெக்கு மண்ணென்று உலகிற்கென்று உணர்த்தினோம்.



கருவியே துளிக்கியே இறுதி மூச்சு வீடும்வரை
என்றமையொடு எண்கள் தமது ஊழ்க்கையின் அடித்தளம்
சூதிக்கக் கரங்களின் ரீடியிலிருந்து வீழலென
எண்ணடிமை வெறுத்து உலகை மெது சூக்குலெனம்.

திருமதி கௌசல்யா கிறிஸ்டி பிரசன்னா,
யாழ்ப்பாணம்.

மூட நம்பிக்கைகளும் பெண்களும்



“அரிது அரிது மானிடராய்ப் பிறத்தல் அரிது” என ஒளவையார் மானிடப் பிறப்பின் முக்கியத்துவத்தினை எடுத்துக்காட்டியுள்ளார். அதேபோல் “பிறப்பு உண்டேல் இறப்பும் உண்டு” என்றெல்லாம் மனிதப்பிறப்பின் இயல்புகள், இன்பங்கள், துன்பங்கள் என்ற படிநிலைகளை கடந்து மனிதன் வளருகின்றான் என்பது நாம் நோக்கத்தக்க விடயம்.

அந்த வகையில் ஒவ்வொரு மனித ஜீவனும் பிறந்து சமூகத்தில் ஒன்றித்து விட்டால் சில படி நிலைகளைத் தாண்டி வர வேண்டும். அதாவது சாதி, இன, சமூக, சமய, கலாசார விழுமியங்கள் போன்ற வற்றுக்கெல்லாம் கட்டுப்பட்டு வாழ வேண்டுமென்ற நிர்ப்பந்தத்திற்கு உள்ளாகின்றது. மனிதப்பிறவிகளின் மூன்று நிலைகளைப் பற்றி சற்றுப் பார்ப்போமானால் மாணவ நிலை, இல்லற நிலை, பிரமச்சாரிய நிலை ஆகிய வாழ்வு நிலைகளை மனிதன் கடந்து வருகிறான். அன்றியும் இங்கே இல்லற நிலை பற்றியும் இங்கு பெண்கள் எத்தகைய பங்கு வகிக்கின்றார்கள், எவ்வாறு பெண்கள் மத்தியில் மூட நம்பிக்கைகள் செல்வாக்கு செலுத்துகின்றன என்பதை நாம் நோக்கும்போது இல்லற



நிலையில் ஆணும் பெண்ணும் ஒன்று சேர்ந்து குடும்ப உறவில் இணைகின்றார்கள். இங்குதான் பெண்மையின் மகத்துவமும் சிறப்பும் மூட நம்பிக்கைகளுக்கு உட்படுகின்றது. அதாவது உடல் அமைப்பி லிருந்து உள்ளம் வரை தொட்டு வருகின்ற மூட நம்பிக்கைகள் சூழல் தொடர்கின்றது.

“நெற்றி பருத்தவள்” “ஏறு நெற்றிக்காரி” குடும்பத்திற்கு ஏற்றவள் அல்ல, கணவனை இழந்தவள் நல்ல காரியங்களுக்கு முன்னின்று செயற்படக் கூடாதென்றும், வெள்ளை உடை அணிய வேண்டும் என சில பல மூடநம்பிக்கைகளை எம் முன்னோர்கள் முத்திரை பதித்து விட்டுச் சென்றுள்ளனர்.

மக்களை இயல்பாகச் சிந்திக்க விடாமல் தங்கள் கட்டுப்பாட்டுக்குள் வைக்கும் மூடநம்பிக்கைகளுக்கு நாம் முற்றுப்புள்ளி வைக்க வேண்டும். பொதுவான மூடநம்பிக்கைத் தன்மைகளை நோக்குவோமானால் பூனை குறுக்கே போனால் பயணம் மேற்கொள்ளக் கூடாது” “பல்லி சொன்னால் நினைத்த காரியம் நடைபெறாது” “4ம்கால் பெண்பிள்ளை பிறந்தால் வீட்டுக்குக் கூடாது” என்றும் கூறுகின்றார்கள். இங்கே தாய்மையின் தன்மையைக்கூட சிதைக்கின்ற தன்மை காணப்படுகின்றது. இத்தகைய மூடநம்பிக்கைகளிலிருந்து நாம் விடுபட வேண்டும். நடந்தவற்றை மறந்து தற்போதைய நிலையினை உணர்ந்து வாழக் கற்றுக்கொள்ள வேண்டியவர்களாக மாற வேண்டும். நாணயத்தின் இரு பக்கங்கள் உண்டு. அவற்றில் இரண்டுமே மிக முக்கியமானவை தான். இதைப்போல் ஒவ்வொரு மனிதனும் புரட்டிப்பார்க்கும் புத்தகங்களாக மாற வேண்டும். சமூகத்தில் நல்ல வற்றுக்காக உழைக்க வேண்டும். “அன்பின் வழியது உயர் நிலை என்பர், அன்பது இல்லையேல் என்பு தோல் போர்த்த உடம்பு”.

நாம் ஒவ்வொரு மனிதனையும் மனித மாண்போடு மதிக்கப் பழக வேண்டும். அன்பு இல்லையேல், பண்பு இல்லை என்பார்கள். எனவே ஒவ்வொரு மனிதனும் மதிக்கப்பட வேண்டியவர். மாண்பு மிகு பணிகளை ஆற்றக் கூடியவர், வாழ்க்கைக்கு வழிகாட்டியாக வாழ்பவர். அற்ப, சொற்ப ஆசாபாசங்களையும், மூடநம்பிக்கைகளையும் விட்டெறிந்து ஒவ்வொரு உறவையும் ஆழமாக நேசிப்போமானால் நாம் எல்லோரும் சந்தோஷ சாம்பிராச்சியத்தோடு நாமே நமக்கு ஒளிமயமான வாழ்வை அமைத்திடலாம்.

திருமதி சசிக்குமார் சுஜாத்தா

மீன்பிடித் தொழிலில்

பெண்களின் ஈடுபாடு

இலங்கையின் வடக்கு கிழக்குப்பிரதேசம் கடல் வளம்மிக்க சூழலாகும். இப்பிரதேசம் கடந்த 30 வருடகால யுத்தத்தால் மிகவும் பாதிக்கப்பட்டது. அவ்வகையில் மீன்பிடித்தொழிலும் பாதிக்கப்பட்டது. யுத்தத்திற்குப் பின்பான சமூக மீள் கட்டமைப்பில் மீனவர் தொழில் நவீன தொழில்நுட்பத்துடனும் புதிய அணுகுமுறையுடனும் கட்டி எழுப்பப்படல் வேண்டும். யுத்தத்தினாலும், கடல்கோளினாலும் எமது கடற்கரைப் பிரதேசத்தில் பல உயிரிழப்பு களைச்சந்தித்து உள்ளோம். பெண்களைத் தலைவராகக் கொண்ட குடும்பங்கள் எம்மிடையே பொதுவாகிப்போனது. கரையோரப்பகுதிகளில் இவர்களது வாழ்வாதாரத்தினை மேம்படுத்த மீள் பிடித்தல் தொடர்பான தொழில்கள் ஊக்குவிக்கப்படல் வேண்டும்.

மீனைப்பதப்படுத்தல், கடல் உணவுகளைப் பதப்படுத்தல், விற்பனை செய்தல், சந்தைப்படுத்தல் போன்ற பெண்களின் பங்களிப்பு பாரம் பரியமாகவே உள்ளது. ஆனால் அதனை மேலும் விருத்திசெய்தல் அவசியம். மீள் பிடித்தலில் பெண்கள் ஈடுபடும் தன்மையை நாம் ஊக்குவிக்கலாம். உதாரணமாக தூண்டில், இழுவை இயந்திர உதவியுடனான கரைவலை, ஆழம் குறைந்த கடல்களில் மீள் பிடித்தல் என்பவற்றை நாம் ஊக்குவிக்கலாம். இதன்மூலம் தொழில் கிடைப்பதுடன் பொருளாதார முன்னேற்றமும் கிடைக்கும். பெண்கள் மீள் பிடித் தொழிலில் ஈடுபடல் சிலருக்கு ஆச்சரியமாக இருக்கலாம். ஆனால் மட்டி பொறுக்குதல், சூள் கொண்டு வற்றுக்கடலில் மீள் பிடித்தல், நண்டு பிடித்தல் என்பன எமது பிரதேசத்தில் குறிப்பாக தீவுப் பகுதிகளில் முன்னைய காலத்தில் நடைபெற்று வந்தது. ஆனால் இவற்றினை அவர்கள் தமது அன்றாட உணவிற்காகவே செய்து வந்தனர். எனவே இக்கருத்தினை நாம் எமது கடல் வளம்சார் அபிவிருத்தியில் உள்ளோக்க வேண்டும். மீள் பிடித்தலில் விசேட பயிற்சிகளை பெண்களுக்கு வழங்க வேண்டும். மேலும் பெண்கள் மீள் பிடித்தலில் ஈடுபடுத்தலை ஊக்குவிக்க கடன் உதவிகளை வங்கிகள் செய்யலாம். குடும்ப அங்கத்தவர்களும் பெண்கள் மீள் பிடித்தலில் வழிகாட்டிகளாக அமையலாம்.

Dr. C.S ஜமுனானந்தன்

நம்பிக்கை நட்சத்திரங்கள்

நாம் எங்கே போகிறோம்? எமது பிள்ளைகளின் எதிர்காலத்திற்குப் பொறுப்புக் கூறவேண்டியவர்கள் நாங்கள் என்பதைத் தற்போதேலலாம் நாம் அடிக்கடி மறந்துபோய் விடுகின்றோம். ஆம்! எமது பிள்ளைகளின் ஒவ்வொரு படிநிலை வளர்ச்சிக்கும் நாம்தான் பொறுப்பாளிகள் என்பதை அடிக்கடி எமக்கு பிறர்தான் நினைவூட்டவேண்டிய நிர்ப்பந்தத்திற்கு ஆளாகின்றோம்.

எமது பிள்ளைகளுக்கு நாம் பெற்றோராக இருப்பதைவிட, நல்ல நண்பர்களாக இருப்பது அவசியம். குழந்தை சிறுமியாக மாறிக் கட்டிளமைப்பருவத்தில் அடியெடுத்து வைக்கும் உன்னத நாளில் நாம் மிக உச்சமான மகிழ்வைப் பெறும் அதேவேளையில் அதன் மன நிலையும் மலர்ந்து விட்டது என்பதை ஏற்றுக்கொள்வதவசியம். பிள்ளை தனது ஆசைகளை சந்தேகங்களை, குழப்பங்களை எம்மோடு பகிர்ந்து கொள்ள முன்வருவதற்கு ஏற்றாற்போல் நாம் நெகிழ்ச்சி யுடையவர்களாக நட்பும் அக்கறையும் உள்ளவர்களாக எம்மை அவர்களின் நம்பிக்கைக் குரியவர்களாகவும் தனிப்பட்ட விடயங்களைப் பரிமாற்றக் கூடிய வர்களாக அந்தரங்கப்பரிமாற்றங்களுக்கும் மாற்றிக்கொண்டு உண்மையான அன்பை வழங்க வேண்டும். பிள்ளை எதிர்ப்பாலாருடன் பழகவேண்டிய சந்தர்ப்பங்களை ஆரோக்கியமான முறையில் வழி வகுத்துக்கொடுப்பது அவசியம். பிள்ளையின் நண்பர்கள் செல்லுமிடங்கள் பற்றியெல்லாம் நன்கு அறிந்து அவர்களை வழிநடத்தும்போது பிள்ளை தம் மாற வேண்டியநிலை தோன்ற இடமில்லை. குடும்பம் ஆரோக்கியமான உறவாடலை வழங்கும்போது பிள்ளை வெளியே உறவுகளைத்தேடி அலைபாய அவசியமேற்படாது. மனம் விட்டுப்பேசி பிள்ளையின் மனதைத் திறந்து பகிர்ந்து கொள்ள நாம்தான் எமது எல்லைகளை விரிவாக்கிக்கொள்ள வேண்டும். ஏனெனில் அவர்கள் எமது சொத்துக்கள். ஆம்! நம்பிக்கை நட்சத்திரங்கள்

திருமதி. பகிரதி கணேசதுரை
யா/மகஜன கல்லூரி, தெல்லிப்பளை



அறிமுகம்

இத் தலைப்பை ஏன் நான் தெரிவுசெய்தேன் என உங்களில் பலர் கேள்வி எழுப்பலாம். உங்கள் கோபம் நியாயமான கோபம் அல்ல என்பது இதைப் படித்துப் பார்க்கும் போது உங்களுக்கே புரியும். தமிழர் பண்பாடு, கலாசாரம், பழக்க வழக்கங்கள் என்பதெல்லாம் நாம் எல்லோரும் அறிந்ததே. ஆனால் தற்போதுள்ள நாகரிக மாற்றமான வாழ்க்கை முறையால் நம் பெண்களும், ஆண்களும் தம்மையும், தம்சூழலையும் மறந்து தம் தனித்துவத்தை இழந்து தறிகெட்டு

எங்கோ ஓடுகின்றனர். இந்த ஓட்டம் பின்னர் ஒன்றைத் தேடி ஓட முற்பட்டு பலதை தேடி அவையச் செய்து உடலும் மனமும் சோர்ந்து ஈடுகொடுக்க முடியாமல் தற்கொலை என்ற உச்சக்கட்டத்தில் கொண்டுவரப்பட்டு தள்ளிவிடுகிறது. இதைப் பார்த்து மனம் பொறுக்காத நிலை ஏற்பட்டதால் என் இனத்தைக் காப்பாற்ற என்னால் முடிந்த சிறிய உதவி இது என எண்ணியதே இந்தக் கட்டுரையின் முயற்சியாகும்.

கருக்கலைப்பு என்பது எதிர்பாராத / விருப்பத்திற்கு மாறான கம்பம் தரித்த நிலையில் குறிப்பிட்ட பெண்ணின் விருப்பத்திற்கு இணங்க அல்லது பலாத்காரமாக அக்கருவை சட்டவிரோதமாக சிதைவுக்குட்படுத்தி வெளியேற்றும் நிலையைக் குறிக்கும். இது போரின் பின்னர் விகிதாசார ரீதியில் எத்தனையோ மடங்காக இருப்பதை ஊடகங்கள் வாயிலாகவும், செய்திகள் வாயிலாகவும் கேட்டும் பார்த்தும் நாம் உள்ளப் பாதிப்பிற்குட்படும் பரிதாப நிலைக்குத் தள்ளப்பட்டுள்ளோம்.

இந்நிலைக்கு சிறுமியர், கட்டிளம் பருவத்தினர், இளம்பெண்கள், தாரமீழந்தவர்கள், பாலியல் ரீதியாக விலகல் நடத்தைகளில் ஈடுபடும் பெண்கள், மற்றும் பாலியல் தொழில் புரிவோர் என பல வர்க்கத்தினரும், ஏன் சில குடும்பப் பெண்களும் கூட உட்பட்டுத் தவிப்பதை அவதானிக்க முடிகின்றது. மேற்குறிப்பிட்டவர்களில் சிறுவயதினரும், கட்டிளம் பருவத்தினரும் பாலியல் தொடர்பால் ஏற்படக்கூடிய விளைவுகளைப் பற்றிய சரியான விழிப்புணர்வற்ற நிலையிலேயே இக் கேட்டிற் குட்பட்டுத் திண்டாடுகின்றார்கள். ஏனையோர் நன்கு தெரிந்திருந்தும் கட்டுப்பாடற்ற வாழ்க்கை முறையை பின்பற்றுதல், பலர்த்காரம், கதியற்றநிலை வாழ்வாதார சிக்கல் போன்ற பல காரணங்களால் கருத்தரிக்கும் நிலைக்குத் தள்ளப்பட்டுவிட்டு பின்னர் செய்வதறியாது தவறான வழிகளில் கருக்கலைப்பு செய்வோரின் உதவியை நாடி ஏற்பட்ட பிரச்சினையை ஊதிப் பெரிதாக்கி பத்திரிகைகளில் பகிரங்கப்படுத்தி பிரசுரமாகுகின்றனர்.

இந்த இக்கட்டான நிலைக்குட்படுவோர் இன, மத, மொழி, நாடு என்ற பேதங்களுக்கு அப்பாற்பட்டும் செயற்படுகின்றார்கள். 21ம் நூற்றாண்டிற்கு முன்னுள்ள காலப்பகுதியில் உல்லாசப்பயணிகள் மூலம் எமது பெண்கள் இவ்வாறான பாதிப்பிற்கு உட்பட்டிருந்தமை குறிப்பிடத்தக்கது. ஆனால் தற்போது தந்தை, சகோதரன், சிறியதந்தை, பெரியதந்தை, மாமனார் ஏன் தாத்தா இப்படி எமது குடும்ப உறவுகள் கூட எம்பெண்களை சிதைக்கும் கீழ்நிலைக்கு நம் சமூகம் சீர்கெட்டு நிற்கின்ற நிலை.

கருக்கலைப்பிற்காக இப்படியான பெண்கள் தனித்து, தாமாகவோ அல்லது குடும்ப உறுப்பினர்களின் உதவியுடனோ சட்டப்படி பதிவு செய்யப்படாத வைத்திய தொழில் புரிபவர்களிடம் அல்லது மருத்துவிச்சி என அழைக்கப்படும் பெண்களிடம் சென்று சீரான மருத்துவக் கண் காணிப்பற்ற நிலையில் சட்டத்திற்கு புறம்பான கருக்கலைப்பில் ஈடுபட்டு அதிஷ்டவசமாக சிலர் பிழைத்துக் கொள்ள பலர் பாரதூரமான விளைவுகளுக்கு ஆட்பட்டு சமூகத்தின் முன் சேறுபூசி நிற்பதும் மறுக்க முடியாத விடயமாக இருக்கின்றது.

ஆகவே இவ்வாறான நிலை ஏற்படக் காரணங்கள் எவை எனப் பார்ப்போமானால்

1. உறவுமுறைகள் பற்றிய தெளிவின்மை
2. பாலியல் சம்பந்தமான விழிப்புணர்வின்மை
3. கட்டுப்பாடற்ற வாழ்க்கைமுறை
4. மேலைத்தேய கலாசார பழக்க வழக்கங்களைப் பின்பற்றுதல்
5. பாலியல் தொடர்பில் பாதுகாப்பு முறைகள் பற்றிய அறிவின்மை
6. ஆரோக்கியமற்ற தொடர்பாடல் முறைகள்
7. தனிமனித எல்லைகள் பற்றிய தெளிவின்மை
8. பெண்களின் சுதந்திரம் பற்றிய அறியாமை
9. பெண் உரிமை பற்றி அறியாமை
10. நேரத்தை திட்டமிட்டு நல்வழியில் பயன்படுத்தும் அறிவின்மை
11. ஆன்மீக அறிவின்மை
12. சமூகக் கட்டமைப்பு உடைந்த நிலமை
13. தொலைத்தொடர்பு சாதனங்களின் தாக்கங்கள்.

ஆடைக் குறைப்புக்கள் இவ்வாறு கூறிக்கொண்டே போகலாம். இவை யாவற்றினதும் தாக்கங்களின் விளைவு / அறுவடைதான் கருக்கலைப்பு என கூற விரும்புகின்றேன். இவ்வாறு கருக்கலைப்பிற்கு உட்பட்ட பெண்கள் அதன் பின் எதிர்கொள்ளக்கூடிய விளைவுகளாக **உடல் ரீதியானவை**

1. அதிகூடிய குருதிப்பெருக்கிற்குட்படல் (யோனிவழி)
2. கருப்பை, பெண் இனப்பெருக்கத் தொகுதி சிதைவடைதல்
3. கருச்சிதைவிற்கு பயன்படுத்தும் மருந்துகளால் மலட்டுத்தன்மை ஏற்படல்
4. அதிகுருதியிழப்பால் மரணமும் சம்பவிக்கலாம் உள ரீதியானவை
 1. கவலை, எதிர்காலம் பற்றிய பயம் ஏற்படல்
 2. மனச்சோர்வு, மனதில் வடு / காயம் ஏற்படல்
 3. பதற்ற நோய் ஏற்படலாம்
 4. மனதை ஒருநிலைப்படுத்த முடியாத நிலை ஏற்படல்



5. மெய்ப்பாட்டு நோய்கள் அதாவது மனத்துன்பத்தை உடல் உபாதையாக முறைப்பாடு செய்தல்

நடத்தைரீதியாக

1. பொது நிகழ்வுகள், விழாக்களைத் தவிர்த்தல்
2. தனிமையை நாடுதல்
3. தன்னில் கவனம் குறைதல்
4. குடும்ப / வெளியிலுள்ள உறவுகளுடன் இயல்பாக பழகமுடியாது விலகுதல்
5. மற்றவர்களை நம்பாத வகையில் நடத்தல்
6. தற்கொலைக்கு முயல்
7. திருமணத்தில் கணவருடன் சரியான உறவைப் பேண முடியாமை
8. பாலியல் நாட்டமின்மை

போன்ற விளைவுகள் மூலம் இவர்கள் அதாவது கருக்கலைப் பிற்குட்பட்ட பெண்களின் 95% வீதமானவர்கள் பாதிக்கப்பட்டுத் தவிக்கின்றார்கள். எனவே பெண்கள் எனும்போது எமது சமூகத் தின் பாட்டிமார், தாய்மார், அறிவுசார் சமூகப் பெரியார்கள் என அடையாளப்படுத்தப்படும் பெண்கள் யாவரும் தம்மைவிட வயதில், அறிவில் குறைந்த நிலையில் உள்ள பெண்களின் கண்களைத் திறக்கும் வகையில் பல வழிகளிலும் முயன்று சமூக சீர்திருத்தத்திற்குரிய நடவடிக்கைகளில் ஈடுபட்டும் எழுத்து வழியாகவும், மதரீதியான கட்டுப்பாடுகள் பற்றி எடுத்துக்கூறுவதன் மூலமும் குறிப்பாக தத்தமது குடும்பத்தில் பெண்பிள்ளைகளின் எதிர்காலத்திலும், ஆரோக்கியத்திலும் முழுக்கவனம் செலுத்துவதன் மூலமும் இனிவரும் காலத்திலாவது இப்படியான சீர்கேடுகள் ஏற்படாமல் குறைக்க / தவிர்க்க முடியும் என்பது எனது கருத்து. என் பேனா மூலம் உங்கள் எல்லோருடனும் தொடர்பு கொள்வதன் மூலம் ஐந்து பெண்கள் காப்பாற்றப்பட்டாலும் எனக்கு திருப்தியே. இம்மலர் உங்கள் கரங்களில் அல்ல மனங்களில் நறுமணம் தரட்டும் என வாழ்த்துகின்றேன்.

லங்கா சித்த ஆயுர்வேத மருத்துவக் கல்லூரி
மின்சார நிலைய வீதி
சுன்னாகம்.

Dr.கிருஷ்ணப்பிள்ளை பராசக்தி
உளவளத்துணையாளர்,
விரிவுரையாளர்,

மாற்றுத்தை ஏற்படுத்துச் மகளிர் தலைகட்டுச்



மாற்றத்தை தேடும் மனிதர்களின் அவசரயுகத்தில் மகளிர் குரல் கொடுப்புக்கள் செயல் வடிவம்பெற தடைகள் பல தாண்டி 'மகளிர்தினம்' என்ற மகிழ்வூட்டும் வரலாற்றை

மீட்டுப்பார்க்கும், எதிர்காலத்தை திட்டமிடும் நன் நாளில் தொடர்பாடலின் ஓர் வடிவமாக தொடர்பூடகங்களின் பங்களிப்புடன் கருத்துக்களைப் பகிரும் இந்நூல் சமாதானத்திற்கும் நல்லிணக்கத்தையும் மேம்படுத்த கிடைத்த சந்தர்ப்பமாக்குவோம்.

தடைகள் பல தாண்டும் முயற்சியில் மகளிர் பங்கேற்புக்கள் இன்னும் அர்ப்பணிப்புடன் காலச்சூழலுக்கு ஏற்ப முன்னெடுக்க வேண்டிய பணிகள் அதிகமாக உள்ளன. இவற்றின் பொறுப்புக்களை மகளிரின் மகிழ்வை கொண்டாட வேண்டியது அவர்களோடு இணைந்து பயணிக்கும் ஆண்களும் பற்கேற்க வேண்டியது காலமாற்றத்தின் கட்டாயமாகின்றது. தமது நிலைகளை, மாற்றத்தை, முன்னெடுப்புகளை ஏற்க, துணைநிற்க, தூண்டி துலங்கவைக்கும் அணிகளை ஒன்றிணைத்து முன்னெடுத்தலே தடைகள் தாண்டி செல்லக்கூடிய வழியாக அமையும். தமக்கு தாமே குரல்கொடுத்து, பாராட்டி, ஊக்கப்படுத்தலை பங்கேற்க கருத்துக்களைச் செயல்வடிவமாக்க ஒருதலைப்பட்ச குரலாக மாற்றுதலே மகளிர் முன்னேற்றத்திற்கு பலம் சேர்க்க வல்லது.

சமாதான சகவாழ்வை மேம்படுத்துவதில் மகளிர் பங்களிப்பு மிக செல்வாக்கு செலுத்தக்கூடியவை. இவை தமது தொடர்பாடல் அணுகுமுறைகளால் வன்முறையற்ற பண்பாட்டு விழுமியங்களை பகிரக்கூடிய சந்தர்ப்பங்கள் குடும்பத்தில் ஏற்படும் உறவாடல்களில் உணர்த்த, உருவமைக்க, சமூக மாற்றதின் முதல்படியாக்க வேண்டியது காலத்தின் தேவையாக உள்ளது.

உறவாடல், உரையாடல் முதல், தொழில் ரீதியான முரண்பாடுகள் வளர முக்கிய காரணமாக அமைவது புரிந்துணர்வற்ற தொடர்பாடல்கள் வார்த்தை வடிவங்களில் ஆரம்பமாவதால் மனித விழுமியங்களை உணரவும், உணர்த்தவும் இன்றைய இளையோர் சிறுவர்களுக்கு குடும்பக் கட்டமைப்பில் விதைக்கும் வன்முறையற்ற தொடர்பாடல் வழியினை முன்மாதிரிகைகளாக செயற்படக்கூடிய சிறந்த தளமே குடும்பக் கட்டமைப்பு ஆகும். இதில் பெற்றோரான தாய், தந்தையரிடத்தே ஏற்படும் சச்சரவை வன்முறையற்ற தொடர்பாடல் மூலம் தீர்க்கவும், வாழ்வாதாரத்தின் பங்காளராக, குடும்ப அங்கத்தவர்களை ஒன்றி ணைத்தலும், தம் உறவு நிலைகளை பலமாக்க ஆன்மீக நல்நிலைகளை உருவாக்கவும் மகளிர் முன்னின்று செயற்பட முனைந்தால் நல்ல தொடர்பாடல் மூலம் நற்சமூகத்தை உருவாக்குதல் மட்டுமல்ல, இன்று நாம் எதிர்கொள்ளும் சமூக சீரின்மைகள் களைந்து நீதியான சமாதான நல்லிணக்க சமூகத்தைக் கட்டியெழுப்புவதில் மகளிர் பங்கேற்பு சிறந்ததோர் வன்முறையற்ற சமூகத்தை உருவாக்க முடியும். இதன்மூலமே பல்வேறுபட்ட சிறுவர், மகளிர் வன்செயல் தாக்கங்கள் கழைதலுக்கும் முன்னெடுப்பாக அமையும்.

மகளிர் தினம் மகிழ்வுடன், மக்கள் பங்கேற்புடன் முழுமையான விடுதலைப் பயணத்தை விரைவாக்கும் அர்த்தமுள்ள நாளாக இம் மகளிர் தினம் திகழ வாழ்த்துவோம். வாழ்ந்து காட்டுவோம். மகளிர் தின நல்வாழ்த்துக்கள்.

செ.யோசப்பாலா

நன்றியுடன் நாம்...



எம் இதயம் திறந்து
கவிரும் நிலையாய்
இவ்விதழ் நிரைவில்
தமிழால் தருகின்றோம்
எம் இதயத்தில்
வளர்ந்த செடி யுத்தாவி
எம் நன்றிகளை
சமர்ப்பணம் செய்கின்றோம்.

அகத்தின் முதல்வனாய்
இசுபர வேந்தனாய்
உடல்,உள பலத்தில்
உற்ற உறுதி தந்த
ஆதிபகவான் அவனிந்த
அகம்வணங்கி முதல் நன்றி

இந்நாளி நிரைவு ஆவணமாய்
இவ்விதழை அனுமதித்த
சமாதான நல்லிணக்க
பணியக போசகராய்
ஆசியுரை வழங்கிய
அருட்பணி அவர்களுக்கும்
எம் இதய நன்றிகளை
முன்மொழிவு செய்கின்றோம்.

தனீசொள்ளி வீசிடும்
தமிழால் இவ்விதழெங்கும்
அலங்கரிக்க உறுதுணையாய்
ஆக்கங்கள் பல தந்த
அன்புற்றோர் உங்களுக்கும்
எம் நன்றி உரித்தாகும்

சிறப்பாக
சிறுகாலத்தில் படைப்புக்களை
சிந்தனையின் உட்செறிவாய்
பந்திக்க வடிவமைத்த
அறிவாளர் அவர்களுக்கும்
எழுதுகின்றோம் நன்றிகள்
எம் உள்ளப் பெருக்குடனே

தெம்புடன் அன்பு
ஆலோசனை பலதந்து
எம்முடன் இணைந்துவந்த
ஒவ்வொரு உள்ளத்திற்கும்
வகையான வடிவளில்
வந்துதவி செய்தோர்
அனைவரையும் அன்போடு
செய்நன்றி நினைக்கின்றோம்

விழாவோடு இவ்விதழை
சிறப்பித்து வாழ்த்துரைகள்
விளம்பரங்கள் தந்தோர்க்கும்,
மலர்ந்திட்ட மலராக
எழில் கொண்டு இதழ் ஒளிபெற
அச்சேற்றி தந்த
ஜெயஸ்ரீ அச்சகத்தார்
அவர்களுக்கும் உரித்தாகும்
எங்களது நன்றிகள்

மகளிரிக்காய் கருக்கொண்டு
கரங்களில் உருக்கொண்டு
தவழ்ந்திடும் இவ்விதழை
தளர்விக்க துணைவந்த
அனைவரையும் அன்போடு
நினைந்து நிரைவு கொள்கின்றோம்.

நன்றியுடன்,
மலர்க்குழு.

நியூ நெல்சன் லேண்ட்ஸ்



அரசு அங்கீகாரம் பெற்ற "A" தர முதன்மைச் சாரதிப் பயிற்சிப் பாடசாலை



எமது சகல கிளை நியூவனாங்களிலும் குறைந்த கட்டணத்தில் மருத்துவச் சான்றிதழ் வழங்கப்படும்

AD மருத்துவச் சான்றிதழ் திங்கள் - வளர்சி வரை எந் கிரமும் பெற்றுக் கொள்ளலாம்

குறைந்த கட்டணத்தில் AD சாரதி அனுமதிப்பத்திரம் பெற்றுக்கொள்ளலாம்.

சாரதி பயிற்சிகள் எமது அலுவலகத்தில் இருந்து ஆரம்பிக்கப்படும்.



சகல வாகனங்களுக்கும் அனுபவம் மிக்க சாரதிகளால் சிந்தி முகையில் பயிற்றுவித்து விரைவாகச் சாரதி அனுமதிப்பத்திரம் பெற்றுக் கொடுக்கப்படும்.

எழுத்துப் பரீட்சை மூலம் சீத்தியகடைய மன்றீடியா மூலம் விசேட வகுப்புகள்

அதி கூடிய பயிற்சி கிரமங்கள்

தவகண முகாடக்கட்டணங்கள்



வீதி ஒழுங்கு நூல் இலவசமாக வழங்கப்படும்.

இல.89, கண்டி வீதி,
சுண்டிக்குளி,
பாழும்பாணம்.

Tel: 021 2224527
077 3581916

இல.127,

பருத்தித்துறை வீதி,
நெல்லியடி, கரவெட்டி,
TP: 021 492 3115

பஸ் நிலையம்,
சுன்னாகம்,
TP: 021 492 3732

இராமலிங்கம் வீதி,
சாவகச்சேரி,
TP: 021 492 3114

இல.4, நவீன சந்தை,
வல்வெட்டித்துறை,
TP: 021 492 3733

பிரதான வீதி,
நெடுந்தீவு,
TP: 077 7906064

உங்கள் விருந்தினர் மங்களம் நிகழ்வுகளில் இசையாகச் சேரும் மகிழ்ச்சிக்
 களை இவ்வாறாகச் சுவைப்பதை
 இவ்வாறு இசையுறவுகளில் இயங்கும் கலையும்

இசை இயைபுப்பாடல்
 திருவாரூர்

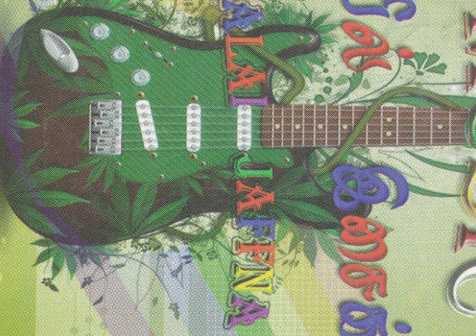
RAINBOW MUSIC GROUP

வானவில்

இசைக்குழு



அதன் மூலம்
 TPR - ORGANIZER



ARIZONA
 JAFENA



இசையுறவு
 திருவாரூர்
 இல: 43, தலைவாசல் வீடு
 அரியலூர், திருவாரூர்