



# நான்

உளவியல் சஞ்சிகை

"Naan" Psychological Magazine



42வது ஆண்டு  
குடும்ப சிறப்பு மலர்  
2017

மலர் 42 சத்திரை - ஜூன்



“நான்”

உளவியல் சஞ்சிகை

மலர் : 42

தீதழ்: சித்திரை - ஆனி 2017

தனிப்பிரதி விலை 50/-

**ஆசிரியர்:**

Dr.D.வின்சன் பற்றிக் O.M.I, Ph.D

**இணையாசிரியர்:**

S.பேமியன் O.M.I, M.A

A.செலஸ்கின் மஸ்கரிஞ்சு.O.M.I,

S.யோசப் பாலா

**ஓடுகவர்களைப்புக:**

டொ.ரெஜினி குருஸ். O.M.I

வே.அனாசியஸ். O.M.I

**நிதி முகாமல:**

டபரேரா. O.M.I

சே.ஜஸ்கின் ராஜா. O.M.I

**வழுவகைப்புக:**

அ.டனிலர்ன். O.M.I

சூ.ஜீவரட்னம். O.M.I

**ஓடுகடர்:** சூ.நெகல் O.M.I

வெ.மொறிஸ் O.M.I

**ஆலோசகைக்குழு:**

செல்வரட்னம் O.M.I, Ph.D

பேராசிரியர் சண்முகலிங்கன் Ph.D

ஜீவனதாஸ் O.M.I, B.A.(Hons) Dip.in.Ed

ஸ்ரீலின் B.Th (Rome), M.Sc (Manila)

ஜீவாபோல் O.M.I, M.Ph.

“NANN”

Psychological Magazine

“Vasanthaham”, Swamiyar Road,

Colombuthurai, Jaffna.

Sri Lanka

Tel. 021- 222 - 5359

Email: naanscholasticate@gmail.com

**உள்ளே**

**பக்கம்**

- பதின்ம மாணவர்களின் 02
- குடும்ப உறவு... 06
- ஏற்புடைய வாழ்வுக்கு 10
- மணவிலக்கு பேசும்... 12
- மகிழ்ச்சியான குடும்பம் 19
- ஆரோக்கிய வாழ்வால் 23
- பிள்ளைகள் மகிழ்ந்தால் 27
- முதுமையின் தவிப்பு 31
- Getting to know 35
- Parenting skills 40
- சிறுவர் மற்றும் இளம்... 44
- மகிழ்ச்சியைத் தேடும் 54
- குடும்பமே சமூகத்தின்... 57

அன்பான எழுத்தாளர்களே,

எமது அடுத்த தீதழ் ‘கிளைஞர் நலம்’  
கருப்பொருள் தாங்கி வெளிவருகின்றது.

உங்களது ஆக்கபூர்வமான

விமர்சனங்களையும்

தீதழ் ஆக்கங்களையும்

எழுதி ஆடி 7ம் திகதிக்கு முன்னர் எமது

முகவரிக்கு அனுப்பி வைப்புகள்.

“நான்”

உளவியல் சஞ்சிகை

“வசந்தகம்”, சுவாமியார் வீதி,

கொழும்புத்துறை,

யாழ்ப்பாணம், இலங்கை.

தொ. பேசி. 021 - 222 - 5359

0779819355

மின் அஞ்சல்: naanscholasticate@gmail.com

frvpomi@gmail.com



## எமது குடும்ப உறவுகள் ஆரோக்கியமானதா?

சமூகத்தின் முக்கிய அலகு குடும்பமாகும். அதற்காகத் தன்னை அர்ப்பணிப்போர் குடும்ப உறுப்பினராவர். இதில் தாய் அல்லது தந்தை என பிரித்துப்பார்க்க முடியாது. இருவருக்கும் சமபங்குண்டு. இருவரது பொறுப்புக்களில் பங்கேற்பு பலமானவர்களே ஆரோக்கிய குடும்ப உறவை வலுவாக பேணமுடியும். இவற்றுக்கு துணையாக இருப்பவர்கள் சமயத்தலைவர்கள், சமூகத் தலைவர்கள், சமூக தொண்டு நிறுவனங்கள் போன்றவர்களால் தொடர்பு பட்டபோதும் குடும்ப பிறழ்வுகள் அதிகரிப்பது கவலை அளிக்கிறது. இதனைமாற்றி அமைக்க சமூகத்தின் பொறுப்பு மிக்கோர் முன்னின்று ஆக்கபூர்வமான செயல்களில் ஈடுபடுவது காலத்தின் கட்டாயமாகும்.

இவற்றிலிருந்து தப்பித்துச் செல்லல் அல்லது தட்டிக்கழிக்க முயற்சிப்பது குடும்ப, சமூக சீர்கேட்டுக்கே வழிவகுக்கும். நற் குடும்பமாக வளர, குடும்ப அங்கத்தினர் யாவரும் தம் பொறுப்புக்களை உணர்ந்து செயற்பட முன்வர வேண்டும். உறவுகளும், நற்சமூகமும் மலர முன்மாதிரிகளாக வாழ்ந்து காட்டுவதே இன்றைய தேவையாகும்.

எனவே இச்சஞ்சிகை மூலம் தரப்படும் ஆக்கங்கள், ஆலோசனைகள் ஆரோக்கியகுடும்ப உறவைக் கட்டியெழுப்பதுணைபுரியும் என எதிர்பார்க்கின்றோம்.

ஆரோக்கியமான அன்புக் குடும்பங்கள் மலர நல்வாழ்த்துக்கள்.

- ஆசிரியர்



## பதின்ம மாணவர்களின் விழுமிய செயற்பாடுகள்

கலாநிதி, பா.தனபாலன்  
நிபுணத்துவ ஆலோசகர் - விழுமியப் பிரிவு  
கலையமைச்சு - பத்தரமுல்லை

உலகத்தின், நாட்டின், சமூகத்தின் மிகமுக்கியமான அலகு குடும்பமாகும். குடும்ப அலகு சரியாக இயங்கும் பொழுது சமநிலை ஆளுமையுடைய இளம் சந்ததிகளைச் சிறப்பாக உருவாக்க முடியும். ஆனால் இன்று பதின்ம வயது மாணவர்களின் விழுமியச் செயற்பாடுகளில் பெரும் வீழ்ச்சி காணப்படுகின்றது எனபாடசாலை அதிபர்களும், ஆசிரியர்களும், ஏன் பெற்றோர்கள் கூட குறை கூறுகின்றார்கள். இக் குறைகளுக்கான காரண கர்த்தாக்களாக அவர்களே முன்மாதிரியாக உள்ளார்கள் என்ற விமர்சனங்களும் மறுபுறம் எழுகின்றது.

இவ்வகையில் பதின்மவயதினர் எனப்படுபவர் 11 - 12 வருடங்கள் தொடக்கம் 17 - 18 வருடங்கள் வரையிலான காலப்பகுதியினராகும். இப்பருவம் உயிரியல் ரீதியான மாற்றங்களுக்கும், நடத்தைரீதியான மாற்றங்களையும் கூட்டாகக் கொண்ட பருவமாகும். இப்பருவத்தில் ஏற்படும் துரிதமாற்றங்களை கருத்திற்கொண்டு கல்வியறிஞர் ஞானசோ பின்வருமாறு கூறுகின்றார். "நாம் இரு தடவைகள் பிறக்கின்றோம் முதற்தடவை, இரண்டாவது தடவை. வாழ்வதற்கான தாகும். முதற்தடவை மனிதனாக பிறக்கின்றோம். இரண்டாவது தடவை ஆணாக அல்லது பெண்ணாகப் பிறக்கின்றோம். எனவே இவர்கள் இப்பருவத்தில் பல தாக்கங்களுக்கு இலகுவாக உட்பட்டு விடுகின்றார்கள்.

- பல்வேறு வகையான தூண்டல்கள், கவர்ச்சிகள், சந்தர்ப்பங்கள்
- பொருத்தமற்ற குடும்ப அங்கத்தவர்களின் முன்மாதிரிகள்
- சமூக அங்கீகாரமற்ற நிலை, சுய கணிப்பீட்டைப் பெறமுடியாத நிலை
- பதின்ம வயது உளவியல் - உடலியல் பருவு மாற்றங்களின் தாக்கங்கள்
- பொருத்தமற்ற பாலியல் நடத்தைக் கோலங்கள்
- குறுக்கிடக்கூடிய பிரச்சனைகள், சமவயது, பொருத்தமற்ற தொடர்கள்
- கைத்தொலைபேசி, சமூக வலைத்தளங்கள், முகப்புத்தகங்களின் பொருத்தமற்ற பாவனைகள்



- மூத்தோரை, பெற்றோரை, ஆசிரியர்களை மதிக்காமை
- பதின்ம வயது கர்ப்பங்களும், அதுதொடர்பான பாரதூரமான விளைவுகளும் (மனநோய், தற்கொலை)
- போதைப்பொருள் பாவனைகள், உளநெருக்கீடுகள்

என இவர்கள் பல விழுமியமற்ற செயற்பாடுகளில் பெருமளவு ஈடுபட்டு சமூகத்தை அழிவுப்பாதைக்கு இட்டுச் செல்கிறார்கள். இதற்கு முதன்மைக் காரணியாக குடும்பங்களே உள்ளமையை சமூகவியலின் ஆய்வுகள் எடுத்தியம்புகின்றன. எனவே இப்பருவத்தினரைப் பெற்றோர்கள் முதலில் புரிந்துகொள்ளவேண்டும்.

### **குடும்பங்களில் புரிதல்கள்**

பதின்ம வயதினர் தமது உடல் ரீதியான மாற்றங்கள், கவர்ச்சிகள், தம்மைப்பற்றிக் கூடுதலாக சிந்திக்க ஆர்வம் காட்டுவதைக் குடும்பத்தினர்கள் புரிதல் வேண்டும். இவ் உடல் மாற்றங்களுடன் அறிவாற்றல், மனவெழுச்சி, சமூகவிருத்தி, ஏனையோரின் கணிப்பைப்பெறல், அன்புசெலுத்துதல், கௌரவம் பெறுதல், கணிப்புபெறுதல், புதியன படைக்கும் ஆற்றல், தலைமைத்துவம் ஏற்றல் போன்ற பல உளத் தேவைகளைத் தெளிவாக காட்டுவர். பெற்றோர்கள் இதனைப் புரிந்துகொண்டு அவர்களுக்கான வடிகால்களைப் பொருத்தமாக அனுபவிக்க சந்தர்ப்பம் வழங்கவேண்டும்.

பெற்றோர்கள் ஓரளவேனும் தம் பிள்ளைகளைப் புரிந்து கொண்டு அவர்களுடன் கடுமையாக நடந்துகொள்ளக் கூடாது. ஓரளவு தாராள மனப்பாங்கோடு நடக்கவேண்டும். பருவத்திற்குரிய மகிழ்ச்சி அனுபவங்களை நியாயமான அளவு அனுபவிக்க அனுமதிக்கவேண்டும். பதின்மவயதில் பழகும் நண்பர்களின் எண்ணிக்கை அதிகரிக்கும். பரந்த உளத் தேவைகளை நிறைவு செய்து கொள்வதற்காக சமூக மயமாதல் தன்மைவிருத்தியடையும். அமைப்புக்கள், குழுக்கள், நிறுவனங்களுடன் தொடர்புகளைப் பேண விரும்பும் காட்டுவர். எதிர்பாலருடன் சேர்ந்து செயற்படுவதில் ஆர்வம் காட்டுவர். மகிழ்ச்சி, அச்சம், கவலை, சினம், அன்பு போன்றவை தொடர்பாக பரந்த மனவெழுச்சி நிலைமைகளை இப்பருவத்தில் வெளிக்காட்டுவார். இவற்றைப் பெற்றோர்கள்



புரிந்து குடும்பங்களில் இப்பருவத்தினருக்கான தேவைகளை மனிதத்துவ அடிப்படையில் பூர்த்திசெய்தால் அவர்கள் நல்ல விழுமியமனப்பாங்குடன் செயற்படுவர்.

பதின்மவயதினர் இப்பருவத்தில் அறிவாற்றல் விருத்தியிலும், தர்க்க ரீதியான விமர்சனங்களிலும் முனைப்பு காட்டுவர். அறிவாற்றல் விருத்தியில் உச்சநிலையை அடையும் பருவம் இதுவாகும். எனவேதான் இது நியம சிந்தனைப் பருவம் எனப்படுகின்றது. முயன்று தவறுதல் என்ற நிலையி லிருந்துவிலகி பிரச்சனை தீர்க்கும் நிலையை அடைவர். கருதுகோள்களைக் கட்டியெழுப்பி அவற்றைப் பரிசோதித்தல், தீர்மானங்களைச் சரியாக எடுக்க முனைவர். இவ்வேளை பிழையான வழிகாட்டல்கள், முன்மாதிரிகள் காணப் படி அப்பக்கம் விரைவில் திரும்பக்கூடிய இயல்பினராகவும் காணப்படுவர். இதனைக் குடும்பத்தவர்கள் அனைவரும் புரியவேண்டும்.

### **சமூகமாற்றமும் விழுமிய சிதைவுகளும்**

இன்றைய பொருள் முதல் வாதம், நுகர்வுவாதம், தகவல் தொழிநுட்ப வளர்ச்சி, பொருத்தமற்ற அரசியல், கலாச்சாரம், சமூக பண்பாட்டு விழுமிய சீர் குலைவுகள் என்பவற்றால் பதின்மவயது மாணவர்களிடையே விழுமியங்கள் மீதான சந்தேகங்களையும் அதனூடான பொருத்தமற்ற அதிர்வுகளையும் உருவாக்கியுள்ளது. இவ் அதிர்வுகளின் விளைவாக பதின்மவயதினர் விழு மியங்கள் மீதான சந்தேகங்களையும், கேள்விகளையும் எழுப்புகின்றனர். எதற்கு? அப்படி நடந்தால் என்ன? வருவது வரட்டும்? விளைவு எனக்குத் தானே? நீங்கள் யார் என்னைக் கேட்க? நீங்கள் சரியாக நடக்கிறீர்களா? என்பதைப் போன்ற வினாக்களும் விடைகளும் அவர்களிடமிருந்து வெளிவர குடும்பத்தவர்களது அனுபவங்களையும், நம்பிக்கைகளையும் அவர்கள் சந்தேகப்படுகின்றனர். முரண்பாடுகள் குடும்பத்தில் ஏற்படுகின்றது. 'இது விழு மியங்களில் தாக்கத்தை செலுத்துகின்றது.

பதின்ம வயதினரின் விழுமியப்பண்புகள் நலிவடைந்து போவதற்கு வளந்தவர்களும் சரியான குடும்ப வழிகாட்டல்கள் இன்மையும் முக்கியகாரணங்



களாகும். இவர்களுடைய வினாக்கள் சந்தேகங்களுக்குத் தெளிவான விஞ்ஞான பூர்வமான விளக்கம் குடும்பங்களில் இருந்தோ பாடசாலைகளில் இருந்தோ இவர்களுக்கு கிடைக்கவில்லை. மற்றொன்று பெற்றோர்களும் ஆசிரியர்களும் தர்க்கரீதியாக, மாதிரியாக, சுவாரசியமாக இல்லாதது மேம்போக்காக திணிப்பது.

இப் பருவத்தினர் தான் வாழும் சமூகத்தில் நிலவும் விழுமியங்கள் தன்மீது பொருத்தமற்ற விதத்தில் திணிக்கப்படுவதை விரும்பமாட்டார்கள். இயல்பானமனநிலையுடன் அனுபவங்களினூடாக அவன் அவற்றை கையேற்றுக்கொள்ள வாய்ப்பளிப்பதற்கு வீடு, பாடசாலை, சமூகநிறுவனங்கள், மற்றும் கல்வி சமூக பண்பாட்டு கலாச்சார நடைமுறைகள் சந்தர்ப்பங்களை இதற்கு ஏற்றாற்போல் ஏற்படுத்திக் கொடுக்கவேண்டும். இதில் குடும்பம் செல்வாக் குடையதாகக் காணப்படுகின்றது.

குடும்பங்களை வலுப்படுத்துவதனுடாக பதினம் வயதினரின் சுய கௌரவம், சுய அபிமானம், உறவுபேணல், ஒற்றுமையுடன் செயற்படல், விட்டுக்கொடுத்தல், உதவிசெய்தல், கலாச்சாரம் பேணல், மூத்தோரை மதித்தல், நேர்ச்சிந்தனை, நட்புணர்வு, தீமைசெய்யாமை, வன்முறையில் ஈடுபடாமை, பொறுமை ஆகிய விழுமியப் பண்புகளை வளர்க்கவேண்டும். இதற்கு பெற்றோர்களுக்கு வழிகாட்டல் கருத்தரங்குகள் மூலம் எவ்வாறு முன்மாதிரியாக செயலாற்றல், இப்பருவத்தினரை கையாளும் மனிதத்துவ அணுகு முறைகள் தொடர்பான விழிப்புணர்வுகளைப் பரந்த அளவில் வெளிப்படுத்த வேண்டும்.

இப்பருவத்தினரின் சிக்கலான மாற்றங்களை இனங்காணத் தவறும் குடும்பத்தவர்கள் குறிப்பாக பெற்றோர், இது முரண்பாடுகள், பிரச்சனைகள் கூடிய புயல் வீசுகின்ற பருவம் என்கின்றனர். ஆனால் இப்பதினம் வயதினரை சரியான முறையில் அரவணைத்து குடும்ப ரீதியான அன்பு, பாசம், பரிவு, ஒத்த உணர்வு என்பவற்றைக் காட்டி அவர்களைப் பெற்றோர் சரியாகப் புரிந்து கொண்டு முன்மாதிரியாக வழிகாட்டினால் இப்பருவம் பிரச்சனைகள் அற்ற அமைதியான ஒரு நல்லபருவமாக அமையும். விழுமியங்களின் சிதைவுகளுக்கு இவர்கள் ஆளாகமாட்டார்கள். இதில் குடும்பமே மிக முக்கிய பங்களிப்பை வழங்க வேண்டும்.

## குடும்ப உறவும் அதனை வெற்றிகொள்ளுதலும்

ப.சுதந்தினி  
கீணுவில்

குடும்பம் என்பது குழு அதாவது ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட தனி நபர்கள் சேர்ந்த ஒரு அமைப்பு. இதில் உணவுச் சங்கிலி போன்று ஒவ்வொரு உறவும் ஒருவரையொருவர் சார்ந்தாகவோ, அல்லது ஏதேனுமொரு தொடர்புடையதாகவோ காணப்படும். கணவனும் மனைவியும் ஒரு குடும்பம் தான், பிள்ளைகள், பேரப்பிள்ளைகள், மச்சாள், மாமன், மாமி இப்படி ஒன்றுவிட்டதுகளும் குடும்பம் தான். இவற்றை தனிக்குடும்பம், கூட்டுக்குடும்பம் என்றெல்லாம் அழைப்பர்.

மனிதர்களாயினும் சரி, மிருகங்களாயினும் சரி, பறவைகளாயினும் சரி எல்லாவற்றுக்கும் அன்பு, பாசம், காதல், கோபம், பிரிவு என உணர்வலைகள் நிகழ்வது சகஜம். கோப உணர்வு வரும்போது மிருகங்கள் ஒன்றையொன்று சண்டைபிடிக்கும் மனிதர்களும் அவ்வாறான சந்தர்ப்பங்களில் வில் அம்புகளைவிட சொல் அம்புகளை விடுவதிலும் கெட்டிக்காரர்கள்.

சண்டை சச்சரவற்ற குடும்பங்களைக் காண்பது அரிது. பக்கத்து வீட்டுக் காரருக்கும், அயல் வீட்டுக்காரருக்கும் சண்டை வந்த காலம் போய் இப்போ வீட்டுக்குள்ளேயே அவை நிகழ்ந்தேறுகின்றன வருடத்தின் முழுநாளுமே.

முன்பெல்லாம் உறவுகள் அனைவரும் பக்கத்து பக்கத்து வீடுகளில் வசிப்பார்கள். யாரேனுக்கும் ஆபத்தென்றாலோ, நோய் நொடி என்றாலோ அல்லது சுபநிகழ்வு என்றாலோ அழைக்காமலேயே வந்து உதவுவார்கள். ஆனால் தற்போது அப்படியல்ல. வேலை வாய்ப்புக்களாலும், பண மோகத்தால் வெளிநாடு செல்வதாலும் வெறுமனே இணையத்தளங்களிலும், சமூக வலைத் தளங்களிலும் விதம் விதமாக உணவின் அல்லது ஏதேனும் புகைப்படங்களை



பதிவேற்றிவிட்டு அதில Like உம், Comment உம் பெறுவார்களே தவிர மற்றும்படி உண்மையாக அன்பை, அக்கறையை உணரமுடியாது போகும். இதுதான் யதார்த்தம்.

இதையும் மீறி இன்னும் சில இடங்களில் கூட்டுக்குடும்பமாகத்தான் வாழ்கிறார்கள் வெளியாரின் பார்வைக்கு. ஆனால் அங்கும் உட்பூசல்கள் நிகழ்ந்துகொண்டுதானிருக்கின்றன.

முன்னைய காலங்களில் ஆண்கள்தான் வேலைக்குச் செல்வார்கள். பெண்கள் வீட்டு வேலைகளைச் செய்வதும் பிள்ளைகளைக் கவனிப்பதுமாக இருப்பார்கள். ஆனால் இன்று விலைவாசி மிகுந்த சூழலாலும், பெண்களின் கல்வியறிவு மிகுதியாலும் பெண்கள் வேலைக்குச் செல்கின்றனர்.

அதிலும் வெளிமாவட்டங்களில் வேலை என்றால் அப்பப்பா... எல்லாம் இயந்திரமயம்தான். சமையலுக்கு வேண்டிய ஏற்பாடுகளை இரவே செய்து விட்டு மறுநாள் அதிகாலையில் எழுந்து சமைத்துவிட்டு, பஸ்பிடித்து வேலைக்குச் சென்று மீண்டும் பயணக் களைப்பு, அலுவலக வேலை, வீட்டு வேலை என்று பார்க்கவே பிறகெங்கே குடும்ப உறவுகளோடு அன்பாக பேசுவதும், பழகுவதும், மனம்விட்டு பேசுவதும் இத்தகைய சந்தர்ப்பத்தில் சில குடும்பப் பெண்கள் குழந்தை பெற்றுக்கொள்ளவே தயங்கு கிறார்கள்.

என்னதான் திரைப்படங்களிலோ அல்லது விழிப்புணர்வு பலகை களிலோ “குடி குடியைக் கெடுக்கும்” என போடப்பட்டிருந்தாலும் அதை இன்று வரை யாரும் உணர்ந்ததாகத் தெரியவில்லை. திரைப்படங்களில் முன்னோட்டமே இந்த விழிப்புணர்வாகத்தான் இருக்கும். ஆனால் பார்த்தால் திரைப்படம் முழுவதுமே குடி, சிகரெட், போதைவஸ்து போன்ற காட்சியமைப்புக்களைக் கொண்ட தாகவே திரைப்படம் அமைந்திருக்கும். இதனை அவரவர் உணர்ந்தாலையொழிய பிறரால் திருத்தமுடியாது. குடித்துவிட்டு வருபவர்களுக்கு நிலைமை புரியாது. புத்தி தெளிவற்றதாக இருக்கும். ஆனால் அவர்கள் தங்களையும் மறந்து, குடும்ப உறவுகளையும் மனதில் இருக்காது குடிபோதையில் வம்பிழுத்து பேசி வம்பிழுந்து வாய்த்தகராறு செய்வது மட்டுமன்றி சில சமயம் நான்

களில் தவறான செயற்பாடுகளிலும் ஈடுபடுகின்றனர். இது ஆரோக்கியமானதல்ல. இதன் பொருட்டு வீட்டில் உள்ளவர்கள் பொங்கி எழுந்து கோபம் கொள்வதை விட நிதானமாக சிந்தித்து தவறு செய்பவர்களைத் திருத்தி தாமும் வாழ்ந்து பிறருடைய வாழ்க்கையையும் காப்பாற்றலாம். வெறுமனே கலியாணம் கட்டி பிள்ளையை மட்டும் பெற்றுக்கொண்டால் அது நல்லதொரு குடும்ப உறவாகாது. பிழைகளைத் திருத்தி நல் வாழ்க்கைக்கு வழிநடத்திச் சென்று தன்னைச் சார்ந்தவர்களை வாழவைப்பதே அழகாகும்.

அடக்குமுறைகளும் வன்முறைகளும் இடம்பெற்றுக் கொண்டோனிருக்கின்றன. சில குடும்பத் தலைவிகள் அடக்குமுறைகளையும், சில குடும்பங்களில் குடும்பத் தலைவர்கள் வன்முறையையும் கையிலெடுக்கின்றனர். இது தவறான ஒன்று “அடக்கிப்பார் இல்லை யெனில் அடங்கிப்பார்; குடும்பம் செழிக்கும்” என புதுமொழி கூறுவர் நகைத்து ஆனால் அதில் சிறுதுளியேனும் உண்மை இல்லாமலில்லை.

குடும்ப உறவுகளில் கணவன் - மனைவி ஒருவருக்கொருவர் அன்பு, பாசம், விட்டுக்கொடுப்பு, புரிந்துணர்வு மிக அவசியம். அன்பைக்காட்ட இரவையும் அதிகாரம் செலுத்த பகலையும் பயன்படுத்துவதால் தான் நிறைய குடும்பங்கள் அமைதியைத் தொலைத்து நிற்கிறது.

ஆண்கள் வெளியில் சென்று வேலைக்குப் போய்வந்து உழைத்த காலம் போய், இன்று பெண்களே அரபு நாடுகளுக்கு பணிப்பெண்களாக வேலைக்குச் செல்கின்றனர். “இக்கரை மாட்டுக்கு அக்கரை பச்சை” என்பது போல இங்குவந்து போகின்றவர்களுக்கு பணம், உழைப்பு, வசதிவாய்ப்பு தான் தெரிகிறதே தவிர தமது குடும்ப உறவு சிதைவடைவதை யீரூமே உணர்வ தில்லை. இதனால் கணவன் மனைவி அன்னியோன்னிய உறவு தடைப்படு கிறது. பிள்ளைகளுக்கான தாய்ப்பாசம், அரவணைப்பு, பராமரிப்பு இல்லாமல் போகிறது. வாழ்க்கைக்கு பணம் முக்கியம் தான். ஆனால் பணமே வாழ்க்கை ஆகாது. இதனைவிட வெளிநாட்டுக்கு செல்லும் பெண்கள் பாதுகாப்பாக, தம் பெண்மையை காப்பாற்ற முடிகிறதா என்றால் அதுவும் கேள்விக்குறிதான்.



பெண்களைப் பல வந்தப்படுத்தி, கொடுமைப்படுத்தி, அவர்களின் உழைப்புக்கு ஏற்ற ஊதியம் கொடுக்காமல் செத்துப்பிழைத்து திரும்ப நாட்டுக்கு வந்தவர்களும் உண்டு செத்தே பிணமாக வந்தவர்களும் உண்டு. இதெல்லாம் தேவையா? சேமிப்பு என்பது வரவில் மட்டுமல்ல செலவிலும் தங்கியுள்ளது. இருப்பதைக் கொண்டு நிறைவாக வாழப் பழகினால் குடும்ப உறவும் பாதுகாக்கப்பட்டு விரிசல்களும் தடுக்கப்பட்டு இனிமையான அமைதியான வாழ்க்கை வாழலாம்.

முன்பெல்லாம் குடும்ப உறவுகளில் தந்தை முன் பிள்ளைகள் நிற்கவே பயப்பிடுவார்கள். பேசக்கூட தயங்குவார்கள். எதெண்டாலும் தாயிடம் சொல்லியே தாயின் சிபாரிசுடன் குழையல், அகஞ் சங்காருடனேயே தந்தையுடன் பேசுவார்கள். ஆனால் இப்போது அப்படியல்ல. நேருக்கு நேராக மட்டுமல்ல சரிசமமாக நின்று நண்பர்களாக பழுகிறார்கள். ஒவ்வொரு நல்லது கெட்டது களை கலந்தாலோசிக்கிறார்கள். இது வரவேற்கப்படவேண்டிய ஒன்று. ஆக மொத்தத்தில் குடும்ப உறவு என்பது அறுசுவை உணவைப் போன்றது. அதில் அனைத்து உணர்வலைகளும் கலந்திருக்கும் அதை அளவாக அழகாக அமைத்துக்கொண்டால் வாழும்போதே சொர்க்கம் வாசலைத் தட்டும். அதுவே ஆனந்தம் விளையாடும் வீடு.

அடுத்த இதழுக்கான கருவாக

**“ஔளைஞர் நலம்”**

இது தொடர்பான உங்கள் உளவியல் சார்ந்த

ஆக்கங்களை ஆடி 7ம் திகதிக்கு முன்னர்

அனுப்பிவையுங்கள்.

# ஏற்புடைய வாழ்வுக்கு...

- பீற்றர் அபீர்ராஜன்

வையகத்தனிலே வனம்புகு  
 தோட்டங்கள் குடும்பங்கள்  
 அறியாமையே இருளகன்று  
 அறிவொளி சுடர்விடும்  
 குவையத்தின் தீயங்கள்  
 குடும்பங்கள் கலைக்கூடும்  
 பல்கலைக் கழகங்கள்  
 பண்பாட்டின் இருப்புகள்  
 கலாசார விழுமியத் தூண்கள்  
 கல்விக்குக் கலங்கரைகள்!

மாறுபட்ட குடும்பங்களும்  
 வேறுபட்ட நிலைமைகளும்  
 தாறுமாறாய் உள்ள நிலை  
 போரெழுகு விட்ட குறை  
 ஆறுதல் அளிப்பாளின்றி  
 அவலங்கள் நிறைந்தெங்கும்  
 கைவிடப்பட்ட நிலையில்  
 தொடர்ந்திடும் வாழ்க்கையினால்  
 குடும்பங்களின் மானம்  
 குறைவடைந்தே செல்கின்றது

மண்ணிழந்து மனையிழந்து  
 மக்கள் துணையிழந்து  
 கண்ணிழந்து கைகாவிழந்து  
 அவையவங்கள் இழந்து  
 இன்னும் இழந்திட  
 ஏதுமற்ற நிலையினிலே  
 இவர்களை ஆற்றும்படுத்த  
 எத்தனையோ காலங்கள் வேண்டும்

குடிபோதையிலே எழுச்சி  
 கல்வி நிலையிலே பருவீழ்ச்சி  
 குடும்பங்கள் பருப்பாடுநிலை  
 கோயத்தின் உச்சநிலை  
 பண்பாடு கலாசாரமிங்கு  
 பஞ்சாகம் பறக்கும் நிலை  
 துஞ்சாது வாழ்கின்றோம்  
 துணிவொன்றே எங்கள் துணை  
 நஞ்சான கொள்கைக்கும்  
 அஞ்சாது முகிக்கொடுப்போம்  
 வஞ்சகமாய் ஏழை வதைப்போர்  
 நஞ்சகம் நிறையப் பேசுகிறார்  
 கஞ்சல் தனங்களும் கபடுகளும்  
 கண்களுக்கு ஏன் தெரியவில்லை?

முட்டையிலே மயிர்ப்பிடுங்கி  
 மொட்டந்தலைக்கு முடிச்சுப்போட்டு  
 குட்டையிலே உறிய மட்டைகளாய்  
 விட்டகுறை தொடகுறை விளம்பி  
 வீணாய் போவோர் நாங்களே  
 எதிலும் பிழைபிடித்து ஏற்றினீர்  
 அடுத்தவரைப் பகைமுடித்து  
 எம்பினமே படுகுழியில் வீழ்ந்து  
 விழுந்தவர்க்கு கரம் கொடுத்தது  
 விடிவிக்ஷாமல் வீரம் பேசியே  
 முடிந்துபோகுது பொழுதுகள்  
 ஏற்றமாய் வாழ்ந்த இனமின்று  
 இறுதிநிலையே எம்மை ஆளுது  
 முயலாது வாழ்வோ மென்றால்



முன்வாழ்வும் நமக்கேது?  
 மகையோடு மாயும் வெள்ளம்போல்  
 முகை அருட்பாத வித்தைம்போல்  
 அலையோடு அடிப்பட்டழிவோம்  
 தலைக்கு மேலே வெள்ளம் புகமுன்  
 தலையாய், குடும்பத்தை உயர்த்திட  
 அயலார் யாவரும் இணைந்து!

இயலா நிலையினன்தீ தகரீய்போம்  
 ஒருவர் ஒருவர்க்கு உதவிவே  
 ஒற்றுமைய் மாலத்ததை அமைய்போம்  
 தோற்றவராக ஒதுங்கிடாது  
 மாற்றங்கள் நடத்திட உழைய்போம்  
 நெற்றிருந்த நிலைகள் மாற்றியே  
 ஏற்புடை வாழ்வமைக்க ஏணிகளாவோம்.

## குடும்ப வாழ்க்கை

எல்லா சந்தோசங்களும் தேடி வரும் இடம் குடும்பம் மட்டும்தான். அதேநேரம் பிரச்சினைகளும் வந்து சேரும். குடும்பம் பல நூல்களை புதைத்த புதைபல். எல்லா சுகங்களும் உண்மைகளும் தொலைந்திருக்கின்றது தேடிச்செல்லுங்கள். உங்கள் வாழ்க்கையை உண்மையான அன்போடும், நம்பிக்கையோடும் ஆரம்பியுங்கள். நாம் வாழும் இந்த வாழ்க்கை ஓர் அரிய சந்தர்ப்பம் தவறவிடாதீர்கள். உங்கள் உள்ளார்ந்த அன்பையும் காதலையும் பிள்ளைகள், பெற்றோர், கணவரிடமும் தயங்காமல் காட்டுங்கள். உங்கள் குடும்ப உறவுகளைப் போற்றி பாதுகாத்துக்கொள்ளுங்கள். நிறைவான அன்பை கொடுங்கள். நிறைவாக சுகத்தைப் பெறுவீர்கள்.

எவ்வாறு குடும்பங்களுக்கிடையில் அல்லது உறவுகளுக்கிடையில் அன்பையும் காதலையும் பயிரிடுவது? விட்டுக்கொடுங்கள். சொல்லிக் கொடுங்கள். தட்டிக்கொடுங்கள். உங்களையே உண்மையாக அர்ப்பணியுங்கள். இதுவே உங்கள் வாழ்நாளை செம்மையாக்கும் அருமருந்தாகும். குடும்ப வாழ்க்கை என்பது சோகங்களும் துன்பங்களும் நிறைந்த சூழியல்ல மாறாக உறவேனும் நிலத்தில் அன்புமழைபொழியும் ஒரு வெளி. எல்லோரும் சுகமாக பயணியுங்கள். கற்றுக்கொள்ளுங்கள் கற்றுக்கொடுங்கள். இதுவே இந்த வாழ்வின் சாராம்சமாகும்.

குழந்தையோடு குழந்தையாக வாழ எண்ணித் தினமும் நான் தோற்கின்றேன். குழந்தைகள் தெய்வாம்சங்கள். அவர்களை தெய்வமாக பார்ப்பதில் எந்த தவறுமில்லை. பெற்றோர்களின் விம்பங்களே குழந்தைகள். நீங்களே அவர்களின் முதல் புத்தகம். உங்களையே அவர்கள் முதலில் படிக்கின்றார்கள். உங்களது செயல்களையே அவர்கள் சமூகத்தில் விளைவிக்கின்றார். குழந்தையோடு குழந்தையாக மாறி அவர்களோடு பயணியுங்கள். அன்பையும் அரவணைப்பையும் அயராது காட்டுங்கள். குடும்பம் ஒரு கலைக்கூடம் நிறையக் கற்றுக்கொடுங்கள்.

லக்சி (உருத்திரபுரம்)

## மணவிலக்கு பேசும் பொருளாகிய ஒரு பேசாப்பொருள்

கலாநிதி S. ஜீ வசுதன், முதுநிலை விரிவுரையாளர்,  
சமூகவியல் துறை, யாழ்ப்பாண பல்கலைக்கழகம்

உளவளத் துணையாளர்கள் சிலரின் அனுபவப் பகிர்வாக இவை அமைகின்றது. சில பத்து வருடங்களிற்கு முன்னர் மணவிலக்கு பற்றிப் பேசுதல் என்கின்ற விடயம் சமூக உரையாடல்களில் வெட்கத்துக்குரியதாக அல்லது சமூக அந்தஸ்தில் மிகவும் உயர்ந்த நிலையில் இருப்போரிடம் மட்டுமே மிகவும் அரிதாக வழக்கத்திலிருந்த தொன்றாகவும் இருந்துவந்துள்ளது. எனினும் இன்று “மணவிலக்கு” என்பது சர்வசாதாரணமாக பயன்படுத்தப்படும் ஒரு சொல்லாடலாகவும், அச்சுறுத்தும் வகையில் அமைந்துள்ள, சமூக அக்கறைக் குரிய ஒரு கூட்டுக் கவலையாகவும் உருமாறியுள்ளது எனலாம். நாங்கள் எங்கே தவறிழைத்து விட்டோம் என எமக்குள் நாமே சுயகேள்வி எழுப்ப வேண்டிய நிலையை இது தோற்றுவித்துள்ளது எனலாம்.

ஒவ்வொரு மண உறவிலும் இனிமையான மற்றும் கசப்பான அனுபவங்கள் என்பவை தவிர்க்க முடியாமல் வந்து செல்லுகின்றன. சில தசாப்தங்களிற்கு முன் திருமண வாழ்வு என்பது நல்லது, தீயது, வசதி, வறுமை எனும் எல்லாச் சூழ்நிலைகளிலும் நின்று நிலைக்க கூடியதாய் இருந்து வந்துள்ளது. இன்றைய வாழ்வில் மகிழ்ச்சியற்ற ஒவ்வாத சந்தர்ப்பங்கள் தொடர்பாக குடும்ப அங்கத்தவர்களிடையே சகிப்புத்தன்மை குறைந்து மணவிலக்கை மாற்று வழியாகத் தெரிவு செய்யும் நிலை தோன்றியுள்ளது.

மணவிலக்குக்கு பல்வேறுபட்ட காரணங்கள் இருப்பினும் அதிகளவிலான தம்பதியினர் மணவாழ்வில் ஏற்படும் உறவுசார் நெருக்கடிகளுக்கு ஒன்றாகச் சேர்ந்து தீர்வுகாண முயற்சிக்காமல் உறவுறுப்பை வசதியானதாகக் கருதுகின்றனர்.



மணவிலக்கு என்பது தொடர்புபடுகின்ற குடும்பங்களின் ஆன்மாக்களை உலுப்பிப்பார்க்கும் விடயமாகவும், கசப்பான அனுபவமாகவும், நிரந்தர வடுவாகவும் அமைந்துவிடுகின்றது. அதாவது மணவிலக்கு என்பது அந்தக் குடும்பங்களின் கனவுகள், அபிலாஷைகள், குழந்தைகளின் எதிர்காலம் என எல்லாவற்றையும் கேள்விக்குள்ளாக்குகின்றது. எவ்வாறாயினும் அதிகரித்து வரும் மணமுறிவுகள் வாழ்நாள் பொறுப்பு அல்லது ஈடுபாடு எனக் கருதப்பட்ட மணவாழ்வின் மதிப்பைக்குறைத்துள்ளது எனலாம்.

ஏன் மண உறவுகள் நிலைப்பதில்லை? இதற்குச் சமூகவியல் மற்றும் உளவியல் ரீதியாகப் பல காரணங்களை முன்வைக்கலாம். அவையாவன

1. பெண்கள் தமது மணவாழ்வு தொடர்பில் பொதுவாக ஒருவிதமான காதல் அல்லது மகிழ்ச்சிகரமான பார்வையை எதிர்பார்ப்பை கொண்டுள்ளனர். இவ்வாறான பார்வையை அவர்கள் தமது நண்பிகள், திரைப்படங்கள், புத்தகங்கள் மற்றும் பெற்றோர்களின் இலாபம் பெற்றுக்கொள்கின்றனர்.
2. மேலும் ஒரு பெண்ணோ அல்லது ஆணோ காதலில் விழும் போது தமது எதிர்பாலாரிற்கு ஏற்ப எல்லாவிதத்திலும் உன்னதமானவர்களாகக் தம்மைக் காட்ட விரும்புவார்களேயொளியதம்மைத் தாமாகக் காட்ட விரும்புவதில்லை. இதுதான் அனைத்து முரண்பாடுகளினதும் ஊற்றுக் கண்ணாகும்.
3. பெண்கள் இன்றும் தமது பாரம்பரியமான நடிப்புகளை நிறைவேற்றுவதையே தந்தைவழிச் சமூகம் எதிர்பார்க்கின்றது. எனினும் பெண்களின் கல்விமேம்பாடு, சமூக அந்தஸ்தில் ஏற்படும் மாற்றம் காரணமாக தமது பாரம்பரிய நடிப்புகளில் ஆண்களும் பங்கெடுக்க வேண்டுமென எதிர்பார்க்கின்றனர். தனியே வீட்டுப் பொறுப்புக்களுடன் பெண்கள் தம்மை மீட்டுப்படுத்த விரும்புவதில்லை. மேலும் தமக்கென தனித்துவமான அடையாளத்தினைக் கட்டமைக்க ஒவ்வொருவரும் முயலுவதும் இங்கு முதன்மை பெறுகின்றது.
4. வீட்டிலுள்ள முதியவர்களை, நோயாளிகளைப் பராமரித்தல் என்பதும் பெரும்பாலான குடும்பங்களில் விரிசலை உண்டுபண்ணுகின்றது.

தற்போது நாளொன்றிற்கு 400 இற்கும் அதிகமானவர்கள் மணவிலக் குக்குவிண்ணப்பிப்பதுடன் திருமணம் முடிவுற்று ஒரு வருடம் முன்னரே விவாகரத்திற்கு விண்ணப்பிப்பவர்களின் எண்ணிக்கையிலும் சடுதியானதோர் அதிகரிப்பு ஏற்பட்டுள்ளதுடன், இலங்கையில் நடைபெறுகின்ற திருமணங்களில் 54% ஆனவை விவாகரத்தில் முடிவதாக சமூக நலன்புரி அமைச்சின் 2013 ஆண்டின் புள்ளிவிபரங்கள் காட்டுகின்றன.

இன்றைய வேகமாக மாறிவரும் சமூகவாழ்வில் ஒவ்வொரு வருக்கும் தமது துணை மீதான எதிர்பார்ப்பு அதிகமாக உள்ளது. இது சாதாரணமாக வருமானமீட்டும் ஒரு குடும்பத் தலைவனால் புரிந்து கொள்ளவோ அன்றி புரிந்தும் நிறைவேற்றவோ முடிவதில்லை. முன்னர் ஆடம்பர தேவைகளாக பார்க்கப்பட்டவைகள் கூட இன்று போட்டி மிக்க உலகில் அத்தியாவசியமான தேவைகளாக மாறிவருவதனையும் அவதானிக்கலாம் (கைத்தொலைபேசி, மோட்டார் சைக்கிள்கள், வீட்டுக்குரிய இணையவசதி, இவற்றுக்கான பராமரிப்புச் செலவு மற்றும் கட்டணங்கள்). இரண்டு துணைகளுமே திருமணமான பின்பும் தமக்கென தனியான வாழ்வை வாழ விரும்புவதும், தமக்கென சில பொருட்களினைப் பிரத்தியேகமாக வைத்திருப்பதும் இங்கு ஒரு பொதுவான பிரச்சனையாகக் காணப்படுகிறது. இவ்வாறான தேவைகள் நிறைவேற்றப்படாதவிடத்து அவை குடும்பத்தில் சிக்கல்களைத் தோற்றுவிக்கின்றன.

இன்றைய இளைய தலைமுறையினரில் பெரும்பாலானவர்கள் திருமணம் பற்றிய தீர்க்கமான பற்றுறுதி இல்லாமல் அதனை ஒரு சமூகச் சடங்காகவே பார்க்கும் நிலையும் சவாலான ஒரு விடயமாகக் காணப்படுகின்றது. அதாவது பெரிய எதிர்பார்ப்பு எதுவுமின்றி திருமண உறவு வெற்றியளித்தால் ஒன்றாகச்சேர்ந்து வாழலாம் அவ்வாறு இல்லாதவிடத்து பிரிந்தும் செல்லலாம் என்ற எண்ணத்துடனேயே வாழ்க்கையைத் தொடங்குகின்றனர். இன்று நாம் உடனடிக்குறுகியகாலச் சந்தோஷங்கள், தனிப்பட்ட சுகங்கள் என்பவற்றுக்கு முக்கியம் தருவதால் திருமணம் ஒரு தனித்துவமான, இறுக்கமான விடயமெனப் பார்க்கத் தவறுகிறோம். எனவே தொழிலில் அல்லது படிப்பில் தோல்வியுற்றால் எவ்வாறு நாம் முயற்சி செய்து அதிலிருந்து

மீளுகின்றோமோ அது போன்றே வாழ்வின் எழுதல், விழுதல்களையும் பொறுமையாகப் பரிசோதிக்க வேண்டியுள்ளது.

### எமது வாழ்வில் இன்னுமொருவர்

இன்று திருமணமான ஆண், பெண் தம்பதிகள் எதிர்நோக்குகின்ற இன்னுமொரு முதன்மையான சவால் திருமணத்திற்கு வெளியேயான உறவுகளாகும். பிள்ளைகள் மற்றும் தமது துணைகள் இவர்களுக்கு மிகவும் பெறுமதி வாய்ந்தவர்களாக இருப்பினும், பணி மற்றும் பயணம் காரணமாக ஏற்படுகின்ற குடும்பத்துடனான உளவியல் இடைவெளிகள் இவ்வாறான திருமணத்திற்குப் புறம்பான உறவுகளை சுவபமாக ஏற்படுத்தி விடுகின்றன. திருமணமென்பது ஒரு புனிதமான உறவு என எண்ணும் சமூகத்தில் இவ்வாறான உறவுகள் சாதாரணமாக அமைந்து விடுவதுடன், ஊடகங்களும் ஒழுக்க விழுமியங்களானவை முன்னர் போன்று இன்று இறுக்கமாகக் கடைப்பிடிக்கப்படுவதில்லை என்ற சார்புடைய பிரசாரங்களை மேற்கொண்டு வருகின்றன. இன்று ஒளிபரப்பப்படும் தொலைக்காட்சி நெடுந் தொடர்கள் இதற்குச் சிறந்த உதாரணமாகும். மென்டீஸ் எனும் சிங்கள உள ஆற்றுப்படுத்துனரின் கருத்துப்படி “இன்று திருமணத்திற்கு முன்னரான காதல் தொடர்பு இளையோருடைய ஒரு பொதுப் பொருண்மையாகக் காணப்படுவதுடன், திருமணம் புரிவவர்களில் அனேகர் பாலியலுறவுகள் தொடர்பில் முன்னனுபவம் கொண்டவர்களாகவே காணப்படுகின்றனர். இவ்வாறானவர்கள் பாலுறவில் தனியொரு துணையுடன் திருப்திப்படாமல் ஒன்றுக்கு மேற்பட்டவர்களைத் தேடிப்போகும் சந்தர்ப்பங்களும் அதிகம்” என்கின்றார்.

கொடிப்பிலி என்கிற உளவளத்துணையாளரின் கருத்துப்படி “இன்றைய கார்ப்பிரேட் பொருளாதாரத்தில் குறிப்பாகப் போக்கு வரத்து வர்த்தகம், சந்தைப் படுத்தல், உபசரிப்பு முகாமைத்துவம், வங்கி, காப்புறுதி, தொலைத் தொடர்பு போன்றவற்றில் ஈடுபடுபவர்களில் அதிகம் பெண்களாகக் காணப்படுவதோடு அவர்களுக்கான ஊதியம், சுதந்திரம் என்பனவும் அதிகமாக காணப்படுவதுடன், அதி திறன் தொலைபேசி, சமூக வலைத்தளப்பாவனை என்பனவற்றினை தொழில் நிமித்தம் நீண்ட நேரம் பயன்படுத்துவதால் இவர்கள்



இவ்வாறான உறவுகளிற்குள்ளும் தம்மையறிந்தோ அறியாமலோ இழுக்கப் பட்டு விடுகின்றனர்” என்கிறார். இவர் மேலும் கூறுகையில் “இவ்வாறான திருமணத்திற்கு அப்பாலான உறவுகளில் ஈடுபடுவோர் அதிலிருந்து மீள முடியாது தவிப்பதுடன், சிலவேளைகளில் அவர்களின் துணைகளும் பழி வாங்கும் முயற்சியாக தாமும் அவ்வாறான உறவில் இறங்குவதனையும் காணலாம்” என்கிறார். இவ்வாறான விஷவட்டம் முடிவில் மணமுறிவில் கொண்டுபோய்ச் சேர்க்கின்றது.

இன்றைய தனிமனித வாழ்வென்பது தேவைகளின் அடிப்படையில் அமைந்துள்ளதுடன், இன்று ஆண், பெண், இருவரும் பெறுமான உணர்வு மற்றும் சுய கௌரவம் என்பனவற்றை வெளியார்ந்த பொருட்களில் வைத்திருப்பதனையும் காணலாம். தம்மில் கவனமற்ற கணவனைவிடவும் தமக்குப் பிடித்தமான பொருட்களை அன்பளிப்பாகத் தரும் ஒருவரிடம் அவர்கள் நிறைவு காண்பதென்பது சாதாரணமான உளவியல் என்கிறார்.

### ***தேவையான, தேவையற்ற குடும்பத்தார் மற்றும் வெளியாரின் தலையீடுகள்***

பெரும்பாலும் சிறுவயதிலிருந்தே அதிக கட்டுப்பாட்டுடன் வளர்க்கப்படும் ஆண், பெண் பிள்ளைகள் இருபாலரும் தமது பெற்றோர், பாதுகாவலர், உறவினர் யாரோ ஒருவரில் தீர்மானம் எடுப்பதில் தங்கியிருப்பது இயல்பாகும். திருமணத்திற்குப் பின்னும் இவர்கள் இதை இறுக்கமாகக் கடைப்பிடிக்கும் போது அது குடும்ப உறவில் தேவையற்ற மனதாங்கல்களையும், புரிந்துணர்வின்மையையும் ஏற்படுத்திவிடுகிறது. இது போன்றேதான் குடும்ப உறும்பினர்களின் எதிர்பார்ப்பும் அமையும்போது அது குடும்பப் பிரச்சனையாக உருமாறுகிறது.

### **பிள்ளைகளின் நிலை எப்படி? இவற்றைக் கையாள்வது எப்படி?**

மண உறவு முறித்தலின் முதல் பலியாடுகள் அக்குடும்பத்தின் அப்பாவிச் சிறுபிள்ளைகளே. மணஉறவை முறிப்பதற்குத் தயாராகும் பெரும்பாலானவர்கள் தமது பிள்ளைகளின் எதிர்காலம் கருதியும், இந்தப் பிரச்சனை

சமுதாயத்தின் பார்வைக்கு கொண்டு வருவதனால் ஏற்படும் அவமானம் காரணமாக தமது உணர்வுகளை புறமொதுக்கிவிட்டு வாழ்த்தலைப்படுகின்றனர். மேலும் தாம் சாதாரண வாழ்வைப் பிறர்போல வாழ்வதாகவும் காட்டுவதற்கு முனைகின்றனர். உளவியலாளர்களின் கருத்துப்படி சில வேளைகளில் விவாகரத்தைவிடவும் இவ்வாறான பொறுத்துப்போகும் வாழ்க்கை பிள்ளைகளில் மோசமான உளவியல் தாக்கத்தினை ஏற்படுத்த வல்லது எனக் கருதுகின்றனர். ஏனெனில் இவ்வாறான வாழ்க்கை முறையில் நிதமும் கருத்து மோதல்கள், வன்முறைகள், அச்சுறுத்தல்கள் என்பன சாதாரணமாகவும், தொடர்ச்சியாகவும் இடம்பெறுவதனால் பிள்ளைகள் திடமான உளத்துடன் வளமான ஆளுமையைக் கட்டமைப்பதென்பது சவால்மிக்க தொன்றாகக் காணப்படும். பெற்றோர் பிள்ளைகளுக்காக வாழ்தல் என்ற முடிவுக்கு வருவதென்றால் அதில் உண்மையான பிடிப்புடன் செயற்பட வேண்டும். ஏனெனில் பிள்ளைகளின் பாதுகாப்புணர்வென்பது தளம்பலற்ற, சுமுகமான குடும்பச் சூழலிலேயே தங்கியுள்ளது.

எனினும் மணவிலக்குக்குத் தயாராகும் குடும்பத்தினரா யினும் அது பிள்ளைகளில் ஏற்படும் பாதிப்பை மிகவும் உத்தமமான முறையில் குறைக்கக்கூடிய வகையிலும், தமது துணைகளைப் பழிவாங்குவதற்கு எந்தவகையிலும் பிள்ளைகளைப் பயன்படுத்துவதையும் தவிர்க்கவேண்டும்.

சோரம்போதல், தீங்கிழைக்கும் வகையில் விட்டோடுதல் அல்லது குணப்படுத்த முடியாத கையாலாகாத்தனம் (impotency) போன்ற காரணங்களுக்காக இலங்கையில் மணவிலக்குகள் அனுமதிக்கப்பட்டாலும் கூட மேலைத்தேயங்களைப்போல் இலங்கையில் காரணம் இன்றிய மணவிலக்கிற்கு இன்றளவும் அனுமதிவழங்கும் சட்டம் எதுவும் நடைமுறையில் இல்லை என்பதுடன் யாரோ ஒருவர் மணவிலக்கு வழக்கினை எதிர்க்காத போது அது தானாகவே மணவிலக்கு எளிதாகக் கிடைக்கும் நிலையினைத் தோற்றுவிக்கின்றது. எனினும் வழக்குரைஞர் ஜெப்ரி அழகரத்தினம் அச்சுறுத்துவது போன்று இவ்வாறான எதிர்க்காத நிலையென்பது மண விலக்குகள் அதிகம் ஏற்பட வாய்ப்பளிக்குகின்றது. அத்துடன் இலங்கை சட்ட சீர்திருத்த ஆணைக்

குழுவானது காரணம் இன்றிய மணவிலக்கினை நடைமுறையில் கொண்டு வருவதற்கு முயற்சிப்பதாகவும் எச்சரிக்கின்றார். இது இன்றுள்ள நிலையினை மேலும் மோசமாக்கும் என்பதில் மாற்றுக் கருத்திற்கு இடமிருக்காது. எனவே மனப்பொருத்தப் பாடினமை அல்லது ஒத்து வராமை போன்ற காணாங்களுக்காக மணவிலக்கினைத் தேர்ந்தெடுப்போரின் எண்ணிக்கை சடுதியாக அதிகரிக்கும் என்பதும் நிதர்சனமாகும்.

## வாழ்வுக்கு அரித்தம் தேடு

விலை ஏறிப்போச்சு எல்லாம்  
 நிலை மாறிப்போச்சு  
 வாழ்க்கை எப்படி வாழ என  
 வருவாய் இல்லா ஏக்கமிங்க  
 உலருணவு காய்கறிகள்  
 தென்னை பனை மாமரங்கள்  
 இருப்பவர்கள் உயிர்பிழைக்க  
 அரசு உழைப்பும் அன்றாட தொழிலும்  
 உழைத்தும் பணம் போதவில்லை  
 சும்மா இருந்து சுகம்தேடுவோர்  
 உடலெங்கும் நோயாய் மாற  
 மருந்தழத்த மரக்கறி உணவும்  
 தேங்காய் சீனி மா விலையும்  
 மளமளவென்று யட்டம்போ லேறுதுபார்  
 எட்டிப்பிழக்க வலுவில்லா உயிரானது  
 ஏனிந்த நிலை எம்மவர்கு ஏனிந்தநிலை  
 கருவறையே கல்லறையாய் நோய்காவ  
 குந்தியிருக்க சோறுவரும் என்கு

சோம்பி இருக்கும் கோழைகளா நீங்கள்  
 முற்றமிருக்கு எங்கள் முதிசமிருக்கு  
 முயற்சி இல்லா எமது உடலிருக்கு  
 கொஞ்சமேனும் துணிவிருந்தால்  
 குடும்பமாக முயன்று வாழு  
 குதூகலம் உன் இல்லத்தை தேடிவரும்  
 பயிர்வளர்த்து பார்த்து ரசி  
 உடலுள நோய்களும் உன்னாலே  
 உடல் வலிமை தானே வரும்  
 கலிப்பட உணவும் மருந்தும் வேண்டாம்  
 எம்வீட்டு முற்றத்திலே முயன்றால்  
 பயிர்வளர்த்து மகிழும் மனமாய்மாறும்  
 உடலுள இன்பம்காண அயலவர் குடும்ப  
 உறவுகள் மகிழ பகிர்ந்துண்கு வாழப்பழகு  
 வாழ்வுக்கு அரித்தம் காண்பாய்.

-J.காருணி



## மகிழ்ச்சியான குடும்பம்

N. ஹான்சன்  
மன்னார்

குடும்பம் ஒருகோவில், குடும்பம் ஓர் பல்கலைக்கழகம் என்று குடும்பத்தைக் கூறுகின்றார்கள் கணவன், மனைவி பிள்ளைகள் இணைந்து வாழ்கின்ற அமைப்பே குடும்பம் ஆகும். சமூக அமைப்பில் திருமணம் குடும்பத்தை உருவாக்கின்ற ஓர் அடிப்படை அலகாகும்.

ஆணும் பெண்ணும் பல்வேறு கலாச்சார பின்னணியில் இருந்து சமூக கட்டமைப்பிலிருந்து வெவ்வேறு குடும்பத்தில் இருந்து பலவேற்றுமை களுடன் ஒன்றாகச் சேர்ந்து குடும்பமாக வாழ்கின்றனர்.

நான்+நான் = நாம் ஆக வாழமுயற்சி எடுக்கின்றபோது அவர் களுக்கிடையே கருத்துக்களில் சிந்தனைகளில் உணர்வுகளில் மாற்றம் ஏற்படுகின்றது அப்போது முரண்பாடுகள் ஏற்படுகின்றது. பிரச்சினைகளுக்கு இதுவே காரணமாகின்றது கதைத்து முடிவெடுக்க வேண்டிய விடயங்களுக்கு கெல்லாம் நீதிமன்றங்கள் வரை விவாகரத்து தேடித்திரிகின்றனர்.

தான் விரும்பியபடி காரியங்கள் நடக்கவில்லையென்றால் முகத்தை நீண்டிக்கொண்டு அமைதியாக உற்சாகமில்லாமல் இருப்பதும் சிறு சிறு காரணங்களுக்காக கோபிப்பது, ஆத்திரப்படுவது, சிடு சிடுப்பு, சந்தேகம் போன்ற காரணங்களினால் மகிழ்ச்சியின் குடும்ப வாழ்க்கை பாதிக்கப்படுகின்றது. அத்தோடு உடல் நோய்கள், குடிப்பழக்கம், கெட்ட நடத்தை போன்ற காரணங்களினாலும் குடும்பங்களின் பிரச்சினைகள் ஏற்படுகின்றது.

### குடும்பத்தில் செவியுத்தல்

குடும்பத்தில் கணவனும் மனைவியும் முதலில் ஒருவர் ஒருவரை புரிந்துகொண்டு ஒருவருக்கொருவர் செவிமடுக்க வேண்டும் ஒருவர் சொல்லு

வது என்னவென்று கேட்க வேண்டும். கணவனோ மனைவியோ என்ன சொல்லுகிறார்கள் என்பதைக் கூடகேட்பதில்லை. முன்சார்பு எண்ணத்துடன் தனக்குத் தெரிந்தவகையில் விளங்கிக் கொள்வது. ஒருவருக்கொருவர் செவிமடுக்கும்போது அங்கு உண்மையான உறவு வளர்க்கப்படுகின்றது கணவன் மனைவிக்கிடையில் முதலாவது தேவைப்படுவது செவிமடுத்தலே ஆகும்.

### குடும்பத் தகுதிகள்

திருமணத்தில் கணவனும் மனைவியும் சிலதகுதிகளைக் கொண்டிருக்க வேண்டும்

1. உடல் ரீதியானமுதிர்ச்சி
2. உளரீதியானமுதிர்ச்சி
3. உணர்வுகளில் முதிர்ச்சி

உள்ளத்தால் உணர்வுகளில் முதிர்ச்சிநிலை அடையும் போது மட்டுமே சிக்கலான சூழ்நிலையினை சமாளித்துவிட்டுக் கொடுக்கின்றபோது மகிழ்ச்சியாக வாழலாம்.

### மகிழ்ச்சியில் நிலைத்திருக்க

1. ஒருவருக்கொருவர் நேர்மையுடனும், உண்மையுடனும் நம்பிக்கையாக நடக்கவேண்டும்
2. உன்மனைவி / கணவனிடம் கரிசனைகொள்
3. உன்மனைவி / கணவனை பாராட்டு
4. உன்மனைவி / கணவனை இருப்பது போல் ஏற்றுக்கொள்
5. உன்மனைவி / கணவனைப்பற்றி பெருமைப்படுங்கள்
6. ஒருவருக்கொருவர் செவிசாயுங்கள்
7. சோர்ந்து உணவு உண்ணுங்கள்
8. கலந்து ஆலோசனை செய்யுங்கள்
9. இணைந்து சிரியுங்கள்
10. சோர்ந்து சுற்றுலா செல்லுங்கள்

மகிழ்ச்சியான குடும்பத்தின் அடிப்படையாக மூன்று விடையங்கள் முக்கியம் பெறுகின்றது அவற்றை நோக்குவோம்.

1. நெருக்கமான அன்புறவு
2. தொழில்
3. வாழ்க்கைக்கு அர்த்தம் (பிள்ளைகள்)

இவை மூன்றும் குடும்ப ஆரோக்கியத்தின் அத்திவாரமாக விளங்குகின்றது நெருக்கமான அன்புறவு என்னும் போது கணவன் மனைவியிடையில் உடல் ரீதியானதும் உளரீதியானதுமான அன்புறவு அவசியம். அதாவது பாலியல் உறவு முக்கியம் பெறுகின்றது. அத்துடன் குடும்பத்தை நடத்துவதற்கு வருமானம் என்பது இன்றியமையாதாக அமைகின்றது. அதுதொழில் மூலம் நிறைவு ஏற்றப்படுகின்றமை குறிப்பிடத்தக்கது. கணவன் அல்லது மனைவி இருவரும் தமது குடும்பத்தை நடாத்த தேவையான வருமானம் பெறும்போது பொருளாதார தேவைகளை பூர்த்தி செய்து கொள்ளவும் தமது குடும்ப மரியாதையை கட்டுக்கோப்பை பேணவும் தொழில் என்பது முக்கியம் பெறுவதுடன் வாழ்க்கைக்கான அர்த்தம் என்னும் போது அது குறிக்கின்றது. குடும்பத்தில் ஒருதொகுதியாகவே பிள்ளைகள் விளங்குகின்றனர். குழந்தைகளைப் பெற்றெடுப்பது, அவர்களை வளர்ப்பது என்பது கணவன் மனைவியிடையே புதிய அர்த்தத்தை கொடுக்கின்றது அன்பை பகிர்ந்துகொள்ளவும் நிறைவு காணவும் உரிய விடையமாக அது அமைகின்றது. எனவே இவ்விடையங்கள் நிறைவாக காணப்படும் போது குடும்ப ஆரோக்கியம் பாதுகாக்கப்படுகின்றது.

### **முழுக் குடும்பமும் பொறுப்பாளிகள்**

குடும்ப ஆரோக்கியம் பாதிக்கப்படும் போது கவனிக்க வேண்டிய விடயங்கள் மேற்குறிப்பிட்ட விடயங்களுடன் ஒருகுடும்பத்தில் பிரச்சினையின் போது அது ஒருநபர் மூலமே வெளிப்படுத்தப்படுகின்றது. அது அதாவது உ + ம் குடும்பத்தில் கணவன் மது அருந்துகின்றார் என்றால் அது பிரச்சினையாக காணப்படுகின்றது இதற்கு கணவன் மட்டும் பொறுப்பல்ல கணவன் பிரச்சினையை வெளிக் கொணரக் தென்பட்ட காரணமாகும். எனவே கணவன் மது அருந்துவதற்கு குடும்ப உறுப்பினர் ஒவ்வொருவரும் எவ்வகையில் காரணம்



என்பதனை அறிய ஆராய்ந்து முயற்சி செய்வது என்பது அவசியம் என்பதனை உளவியலாளர்கள் முன்வைக்கின்றார்கள். அதாவது பிரச்சினையின் அடி அத்திவாரம் வேறு விடயமாக அமைவதுண்டு. இவ்வாறான நிலையில் மீண்டும் குடும்ப ஆரோக்கியத்தை கட்டிக்காக்க அனைவரது நடத்தைக் கோலங்களையும் தவறுகளையும் மாற்றவேண்டிய அவசியம் உள்ளது அதேவேளை அனைவருக்கும் பொறுப்பும் உள்ளது என்பதும் அடிப்படை விடயமாகும்.

### குடும்பம் என்பது ஒரு தொகுதியாகும்

இது இரண்டு தொகுதிகளாகப் பிரிக்கப்படுவதுடன் ஒன்றுக் கொண்டு தனித்தொகுதியாகவும் விளங்குகின்றது என்பது குறிப்பிடத்தக்கது அத்துடன் தனித் தொகுதியாக இருப்பது குடும்ப ஆரோக்கியத்தில் பெரும் பங்குவகிக்கின்றது அதாவது

1. தம்பதியனரின் தொகுதி - கணவன்  
மனைவி
2. பிள்ளைகளின்தொகுதி - பிள்ளைகள்

இரண்டு தொகுதிக்கும் உரிய எல்லைகள் உண்டு அந்த எல்லைகளை சீராகப் பேணுவதும் குடும்ப ஆரோக்கியத்தை சீராகப் பேண உதவுகின்றது. உடம் குடும்பத்தில் குழந்தை பிறக்கின்ற போது கணவன் மனைவி பிள்ளைகளுடன் அன்பை பகிர்ந்து கொள்வது, பிள்ளையுடன் நேரத்தை அதிகம் செலவுசெய்வது அவசியமான விடையமாகும். இவ்விடயம் தம்பதியினருக்கிடையிலான இடைவெளியை அதிகப்படுத்தாதவாறு இருப்பதும் அவசியம். அத்துடன் தம்பதியினர் இவ்வாறான சூழ்நிலையில் முதிர்ச்சியுடன் ஒருவர் மற்றவருடைய நிலையை புரிந்துகொள்ளவேண்டும் அத்துடன் வழிப்படுத்த வேண்டும் அப்போது குடும்ப ஆரோக்கியம் என்பது சிறப்புற்று விளங்கும்.

## ஆரோக்கிய வாழ்வால் குடும்ப அழகைக் காண்போம்

யோசப்பாலா  
உள சமூக சீராளன்

திருமணம் வாழ்வின் முதற்படி. அதனை எதிர்பார்த்திருப்போரின் எண்ணக்கோலங்கள் பலவாகும். இருமணம் கொண்டவர்களின் சிந்தனை, செயல், வாழ்ந்த சூழல், மாறுபட்டவையாக இருந்தபோதும் குடும்பம் எனும் பந்தத்தில் இணைவோருடைய எதிர்பார்ப்புக்கள் பலவாக இருப்பதை உள்ளள் பால் உணர்ந்து புரிந்துணர்வுடன் விட்டுக்கொடுத்து வாழ்வோர் வாழ்வு ஆரோக்கிய குடும்பமாக பரிணமிக்கின்றது.

இருமணம் இணையும் திருமணத்திற்கும் வயது எல்லைகளை சட்ட திட்டங்களால் நிர்ணயிக்கிறார்கள். இருபாலரும் 18 வயதைப் பூர்த்தி செய்தவராக இருப்பதுடன் வலுக்கட்டாயப்படுத்தாத உடலாரோக்கியமுடைய வராக சமூக விழுமியங்களுக்கு மதிப்பளிக்கக்கூடியதாக அமைவது நற்சமூக குடும்பத்தின் சிறப்பாக அமைகின்றது.

உடலுள்ள ஆரோக்கிய பண்புகள் சமூக விழுமியங்கள் என்பதெல்லாம் ஒருவருக்கு ஒருத்தி, ஒழுக்கமுள்ள குடும்பவாழ்வு, என்பதாகும். பிறதாரத்தை விரும்பாத மனமொத்த திருமணங்கள், நடத்தை பிறழ்வுகள், உள உடைவுகள் போன்றன சமூக சீரின்மைக்கு எடுத்துக்காட்டாக அமைந்து விடுகின்றன.

குடும்பத்தில் இளையோர் காதல் திருமணமாக, பெரியார் குடும்பத் தினர் இணைத்து வைக்கும் திருமணங்களாக இருந்தபோதும் பல கால மண மக்களின் மன ஒற்றுமை ஏற்பட்டதான என கணிப்புக்கள் இடாதபலர் சேர்ந்து வாழ்வோரது முரண்பட்ட வாழ்வாகி விடுவதற்குக் காரணமாகிறது. அழகு, படிப்பு, பதவி, பெருமிடம், போலிகௌரவம், எதிர்பார்ப்புக்கள் அதிகமாக எண்ணி இணைவோர் வாழ்வு போலிவாழ்வுக்கு முகம் கொடுக்க முடியாது நான்

சீர்கெட்டு சிதைவது இன்று பல செய்திகளாகிறது. சிறுவயதுடையோராய் இணைந்து வாழ்தல், பிறகுடும்ப உறுப்பினருடன் வாழ்தல், பலதர குடும்ப உறவை தொடர்தல் போன்று மாடிமனைகளை விடகுடிலில் குடித்தனம் நடத்து வோருடைய வாழ்வு சமூக முன்மாதிரியான குடும்பமாக வாழ்வது பணங் களால் அல்ல நல்ல மனங்களால் முன்மாதிரியான குடும்ப வாழ்வை சுவைத்து வாழ்ந்து காட்டுவோர் வாழ்வே ஆரோக்கிய குடும்பமாக போற்றப்படுகிறது.

பொருளாதாரம் மட்டுமல்ல உடலுள் ஆன்மீக நன்றெநியை கடைப் பிடிக்கத்தவறும் குடும்பங்களில் வாழும் பிள்ளைகள் வழிகாட்டலின்றி வழி தவறும் நிலை உருவாக காரணமாகிறார்கள். இவர்களாலும் சமூக சீரின்மை பெருக காரணமாகிறது.

“எல்லா வசதிகளும் நிறைந்த குடும்பத்தில் மனப்பிறழ்வு ஏற்படக் காரணம் என்ன?” என உளவியலாளர்கள் ஆய்வுசெய்தனர். வசதிவாய்ப்புக் களை விடமனம் திறந்த தொடர்பாடல், உடல் ரீதியான ஒத்திசைவு அற்ற உணர்வை மதிக்காத தன்மை, பாலுறவு சிக்கல்கள், சந்தேக மனப்பான்மை, வெளிப்படையற்ற வாழ்வுமுறை, தாழ்வு மனப்பான்மை உள்ளச்சிக்கலை உருவாகுவதை வெளிப்படுத்துகிறார்கள்.

ஒருசிலரது குடும்ப வாழ்வு பிறரது தலையீடுகளால் சிதைக்கப்படுகிறது. பெற்றோருடன், நம்பிக்கைக்குரியவர்களுடன் வாழ்வேவர் தமது குடும்பத்தை திட்டமிடவும், மனம் திறந்து உரையாடவும், செயற்படவும், பிறர் தலையீடுகள் தடையாய் இருப்பதை காரணமாக காண்கிறார்கள், ஒரு சில உதவிகளுக்காக இணைந்திருப்போர் தமது கட்டுப்பாட்டுக்குள் குடும்ப உறுப்பினர்களை வசப் படுத்தவும் தவிர்க்கமுடியாத தருணங்களாக அமைந்து விடுகின்றது.

எதிலும் எதிர்பார்ப்புக்கள் இருப்பது தவறில்லை. அவை குடும்ப வாழ்வில் தொடராக கிடைக்கவேண்டுமென அதிகம் எதிர்பார்ப்பதுதான் தடையாகும்.



“காதலிக்கும் போது எத்தனை கன்ரொஸ் தந்தவா. இப்ப கையில் ஒண்டும் கொண்டுவாறேர் இல்லையே”

“பிறந்தநாள் பரிசுகள் எத்தனை தந்தவர், இப்ப பிறந்த நாளையே மறந்து போய்ரார் பாரேன்.”

“என்னை காதலிக்க இல்லை, என்ர உழைப்பைத் தான் காதலிக்கிறார்”

“அவரா எதுவும் சொல்லமாட்டார், அம்மாட்ட கேட்டுத்தான் சொல்லுவார்”

“பக்கத்து வீட்டபாருங்க, எத்தனை சாமான்கள் வருகுது? எங்களுக்கு என்னதான் வருகுது?”

“ உடுப்புக்கள் சுற்றுலாக்களில் அதுகள் திரியுது, நாங்க இங்க அடுப் படியில கிடந்து மாமுறம்”

இப்படியான மனப்புக்கைச்சல் ஒருபுறம். பிறரது தலையீடுகள் மறுபுறம். இவை தனது செயல்களில் தாமாக வெளிப்படும். இதுவே மனநெருக்கீடு களுக்கு வழியாகி பலநோய்களை வரவழைக்கும்.

முதலில் எமது குடும்பங்களில் இருப்பதைக் கொண்டு சிறப்புடன் வாழ கற்றுக்கொள்வோம். இளம் குடும்பங்களுக்கு கற்றுக்கொடுப்போம். பிறருக்காக வாழாது எமது குடும்ப நலனுக்காக வாழ எமக்குள் எல்லைகள் இருந்தால் தொல்லைகள் இல்லை. பணத்தையிட மனத்தை இணைக்கும் மனநிலை இருவரிடமும் உருவாகும் சந்தர்ப்பங்களை சாதகமாக்க குடும்ப ஒற்றுமைக்கு சந்தர்ப்பங்களைத் தேடுவோம்.

வேலைப்படி, சுமைகளை, வேலை இடத்திலே வைத்துவிட்டு மனைவி, பிள்ளைகளின் நல்லவற்றை பாராட்டும் மனதினை வளர்க்க பிறரது தலையீடுகள் தானாக அகலும். பெரியளவில் முடியாவிடினும் சிறுசிறு வெளித் தரிசிப்புக்கள் குடும்பமாக கூடி சென்று பொழுதுகள், மகிழ்வை இரட்டிப்பாக்கும் செயல்களில் ஈடுபடுவோம். உடல்உளநிலைகளை மனம்விட்டு பேசும் சந்தர்ப்பங்களால் மற்றவரில் அக்கறை உடையவராக மாறும்போது ஒருவேளை தேனீரும் அமிர்தமாக மாறும். உணவு பகிர்வுகளை குடும்பமாக கூடி உண்டு மகிழும் போது நல்லவற்றை பாராட்டுவதுடன் பிள்ளைகளுக்கும் புது உறவை தினம் தினம் புதுப்பிக்கும் வழிகளை சந்தர்ப்பமாக்குவோம்.

எதிர்பார்ப்புக்கள் பலவாக எண்ணும் போது எம்மிடம் இருப்பதே எமக்கு சொந்தமாகும் என்பதனை உணர்ந்து இருப்பதை சிறப்பாக்கும் சிற்பி நீங்களே என்பதை உணரும் போது செயலும் வெற்றிதரும். ஆரோக்கிய குடும்பத்தை எம் இல்லத்தில் காண்போம்.

## குடும்ப வாழ்வைப் பாதிக்கும் காரணிகள்.

இன்று நாம் எதிர்பார்க்கும் முக்கிய பிரச்சனைகளில் ஒன்றாகத் திகழ்வது குடும்ப வாழ்வில் ஏற்படும் பாதிப்புக்களாகும். குடும்பவாழ்வு என்பது தனிப்பட்ட ஒருவர் தன்னலம் கருதாது வாழ்வது அல்ல, மாறாக, பலதரப்பட்ட கருத்துக்களுக்கு முகம் கொடுத்து வாழ்வது குடும்பவாழ்வாகும். அந்த வகையில் நாம் பல பிரச்சனைகளை எதிர்கொள்ளவேண்டியுள்ளது. வருமானம், எதிர்பார்ப்பு, வேலைவாய்ப்பு, தொழில் வளம், கல்வி, போக்குவரத்து என்று பலவாறான சவால்களுக்கு முகம் கொடுக்கவேண்டியுள்ளது. இப்பிரச்சனைகளைக் கையாள்வது எவ்வாறு?

வருமானம் என்றால் என்ன? நமக்கெல்லாம் இருக்கிற மிகப்பெரிய பிரச்சனை. அன்றாட தேவைக்கு நாம் சம்பாதிக்கும் பணவருமானம் போதாமல் இருப்பதே காரணமாகும். இதனால் கணவரும் மனைவியும் வேலைக்குப் போகவேண்டிய தேவை நிலவுகின்றது. இதனால் பிள்ளைகள் தனிமைப்படுத்தப்படுகின்றார்கள். இதனால் மேலும் குழந்தைகள் பாதிப்புக்குள்ளாகின்றனர்.

### வேலைவாய்ப்பு

குடும்பத்தில் எல்லாம் இருக்கலாம் ஆனால் இன்றைய சமகாலத்தில் வேலைவாய்ப்பு என்பது கடினமான ஒன்றாகும். படித்தும் வேலையில்லா நிலை தொடர்கின்றது.

### கல்வி

அனைவரும் கட்டாயக்கல்வி வரை கல்வி கற்கவேண்டும் என்று சட்டம் கூறுகின்றது. இப்போது அரசாபடசாலையாக இருந்தாலும் சரி தனியார் பாடசாலையாக இருந்தாலும் சரி கல்வி என்ற பேரில் பணத்தைச் சம்பாதிக்கின்றார்.

### பொது வசதிகள்

எனும்போது கல்வி, போக்குவரத்து, வைத்தியசாலை, தொடர்புச்சாதனம், தபாலகம், நூல்நிலையங்கள் இப்படி எதை நோக்கினாலும் பணம் முதன்மைப்படுத்தப்பட்டால் குடும்பத்தில் நிம்மதி குறைகின்றது.

# பிள்ளைகள் மகிழ்ந்தால் குடி மகிழும்

அ. அஜந்தன்

மகிழ்வாக உள்ள குடும்பங்களில் பெரும்பாலான குடும்பங்கள் சிறுவர்களைக் கொண்ட குடும்பங்களாகவே இருக்கும். ஏனெனில் சிறுவர்களாலேயே குடும்பத்தின் மகிழ்வைத் தக்கவைக்க முடியும். அதற்கான அர்ப்பணிப்பும், சிந்தனையும் பெரியவர்களின் மனங்களில் இருக்கவேண்டும். அதற்கான சில வழிமுறைகளே இங்கு தரப்படுகின்றன.

## 1. குடும்ப அங்கத்தவர்கள் பிள்ளைகளுக்கு உதவிக் கொள்ளல்

ஒரு மகிழ்வான குடும்பம் தமது பிள்ளைகளோடு பரஸ்பரப் புரிந்துணர்வுடன் கூடிய உதவி மனப்பாங்கை வளர்ப்பது அவசியம். ஒருவரை ஒருவர் வாழ்வில் உயர்த்துவதற்கான உதவிகளைச் செய்வதனுடாக அவர்களை ஊக்கப்படுத்தி மகிழ்விக்க வேண்டும். அதேபோல் அவர்கள் சோர்வடைந்துள்ளபோதும் தோல்விகளில் துவழும்பொழுதும் அவர்களின் தோல்விகளையும் பிரச்சினைகளையும் சுட்டிக்காட்டி மேலும் புண்படுத்துவதை விடத் தட்டிக்கொடுத்து தகுந்த வழிகாட்டல்கள் மூலம் அவர்களுக்கு உதவுதல் வேண்டும்.

## 2. அன்பு மற்றும் கவனிப்பு உணர்வைக் கொடுத்தல்

பிள்ளைகள் அன்பும் கவனிப்பும் தனது குடும்பத்தினுள் இருப்பதை உணரவேண்டும். பல சந்தர்ப்பங்களில் நாம் குழந்தைகள்மீது அன்புசெலுத்தத் தீவறுகின்றோம். அதேபோல நாம் அன்பு செலுத்தும்போது அவர்கள் அதை உணரும் விதமாக நடந்துகொள்ளவேண்டும். அன்பும் கவனிப்பும் எப்பொழுதும் அவர்களுக்கு ஒரு பாதுகாப்புச் சூழலை உணரவைக்கும். அத்தோடு உடல் உள ஆரோக்கியத்தையும் கொடுக்கும். அன்பும் ஆதரவும் கிடைக்கின்ற பிள்ளைகள் ஆளுமைமிக்கவர்களாகவும் திகழ்வர்.



### 3. பிள்ளைகளுடன் நெகிழ்ச்சிப்போக்கைக் கடைப்பிடித்தல்

பிள்ளைகளுடன் எப்பொழுதும் ஒரு நெகிழ்ச்சிப்போக்கு இருக்கவேண்டும். பொறுமையோடு அவர்களைக் கையாள்வதுடன் அதிக கட்டுப்பாடுகளற்ற ஒழுக்க விதிமுறைகளையும் கற்பிக்கவேண்டும். இந் நெகிழ்ச்சித்தன்மை அவர்களின் அபிலாசைகளை நிறைவேற்றுவதோடு சுதந்திரமாகச் சிந்தித்துச் செயற்படவும் உதவும். அதனால் அவர்கள் தமக்குரிய மகிழ்ச்சியான சூழலை ஏற்படுத்திக் கொள்வதோடு குடும்பத்தினுள் நல்லதொரு நெருக்கமான உறவுமுறையையும் பேணமுடிகிறது.

### 4. உடன்பிறந்தவர்களின் ஒற்றுமையை ஊக்கப்படுத்தல்

உடன்பிறந்த சகோதரர்களுக்கிடையில் நல்லதொரு உறவுமுறையை தொடர்ந்து பேணவேண்டும். அவர்களுக்கிடையில் புரிந்துணர்வையும், விட்டுக்கொடுத்தலையும், பகிர்ந்துகொள்தலையும் வளர்ப்பதன்மூலமாக ஒற்றுமையை ஊக்கப்படுத்துதல் நன்று. இதனூடாக அவர்களுக்குள் மகிழ்வான தருணங்களை அதிகரிப்பதுடன் பெரியவர்களும் மகிழ்வுடன் இருப்பர்.

### 5. கூடியிருந்து உணவருந்தல்

குடும்ப அங்கத்தவர்கள் ஒன்றாக உணவருந்தும் தருணங்கள் மிகக்குறைவாகவே உள்ளது. குறைந்தது இரவுவேளையிலாவது ஒன்றாக இருந்த உணவருந்தி பிள்ளைகளுடன் உணவோடு அன்பையும் பரிமாறுதலும், ஒருவரை ஒருவர் அன்புசெய்வதை காண்பிப்பதும் மிகவும் அவசியமாகும்.

### 6. மெதுவாகக் கதைத்தல்

பிள்ளைகள் இருக்குமிடத்தில் பெரியவர்கள் மென்மையாகவும் மெதுவாகவும் கதைத்தல் அவசியம். உரத்துக் கதைத்தல் வன்மையாகக் கதைப்பதை சிறுவர்கள் விரும்ப மாட்டார்கள். கதைக்கும்பொழுது உணர்வுகளைக் கட்டுப்படுத்தல் அவசியம். அவர்கள் எப்பொழுதும் அன்பான உரையாடலையும் அமைதியான சூழலையுமே விரும்புகின்றனர்.

### 7. பிள்ளைகளை செல்லப்பெயரால் அழைத்தல்

பிள்ளைகள் தம்மை செல்லப்பெயர்வைத்து அழைப்பதை மிகவும் விரும்புவர். அவ்வாறு செல்லப் பெயரால் அழைப்பவர்கள் தம்மீது அத்த அன்பைக்

கொண்டவர்களாக அவர்கள் உணர்வார்கள். இந்தச் செல்லப்பெயரில் அவர்களுக்கு பிடிபடும் திருப்தியும் இருக்கும்.

**8. சமத்துவம் பேணுதல்**

பிள்ளைகளிடையில் அன்பிலிருந்து அனைத்துப் பொருட்களையும் பகிர்வதிலும், உரையாடுவதிலும், அவர்களைக் கையாள்வதிலும் பாரபட்சமின்றி சமத்துவம் பேணப்படுதல் அவர்களுக்குள் ஆரோக்கியமான குடும்ப உறவுக்கும் மகிழ்விற்கும் வழிசமைக்கும்.

**9. பிள்ளைகள் முன் சண்டையிடுவதைத் தவிர்த்தல்**

பிள்ளைகளின் முன்னிலையில் சண்டையிடுவது அவர்களின் உள்ளத்தைப் பாதிப்புக்குள்ளாக்கும். அது அவர்களின் நீண்டகால மகிழ்ச்சியைப் பாதிக்கும். பிள்ளைகளுக்கும் பெற்றோர்களுக்குமிடையிலான உறவில் சிக்கலை உருவாக்குவதோடு பெற்றோர்கள்மீது வெறுப்பும் அச்சமும் மேலோங்கும். பிள்ளைகளுக்கு தவறான முன்மாதிரிகளாகவும் திகழ்வர். இது குடும்பத்தின் மகிழ்வையும் சீர்குலைக்கும்.

**10. நண்பர்கள், உறவினர்களின் உறவை கட்டியெழுப்புவதில்**

நண்பர்கள், உறவினர்களின் வீட்டிற்குச் செல்லுதல் அவர்களின் வருகையை ஏற்படுத்திக் கொடுத்தல் பிள்ளைகளின் மகிழ்வை இரட்டிக்கும். புதிய நண்பர்களைத் தேடிக்கொள்வார்கள் புதிய உறவுமுறைகளை உருவாக்கிக் கொள்வர்.

**11. சடங்குகள், சமய கலாச்சார நிகழ்வுகளை நடாத்துதல்**

சடங்குகள், சமய, கலாச்சார நிகழ்வுகளை நிகழ்த்துவதனுடாக பிள்ளைகளின் மகிழ்ச்சியை இரட்டிப்பாக்கும். வேலைப்பழக்களுடன் உள்ள குடும்ப அங்கத்தவர்களும் தம்மை புத்துணர்ச்சியூட்டும் தருணமாக இது அமைவதால் பிள்ளைகளின் பங்கு இதில் அளப்பெரியது.

**12. பாடசாலைக்குப் பின்னரான கற்றற் செயற்பாட்டை டீயூப்படுத்தல்**

பிள்ளைகளின் விளையாட்டு, பொழுதுபோக்கு, ஓய்வு என்பவற்றிலும் அதிக அக்கறை செலுத்தியே கற்றற் செயற்பாட்டை ஊக்கப்படுத்துவது நன்று.

பாடசாலைக்குப் பின்னரான நேரத்தை இதற்கு ஒதுக்குவதும் கற்றலுக்கான நேரத்தை அவர்களின் பாட்டில் தெரிவுசெய்து கற்றற் செயற்பாட்டை மட்டுப் படுத்தல் அவர்களை மகிழ்விக்கும்.

### 13. கதை கேட்டல்

கதைகூறுதல் பிள்ளைகளுடனான உறவை வளர்ப்பதோடு நாளாந்தச் செயற்பாட்டை பெரியவர்களுக்கு சொல்லும் ஆவலைத் தூண்டி அதனூடாக தமது மகிழ்ச்சியான தருணங்களைப் பகிர்ந்து கொள்வர். இதன்போது பாடசாலையில் நடைபெற்ற மகிழ்ச்சியான சம்பவங்களை அதிகளவில் பகிர்ந்து ஆனந்தப்படுவர்.

### 14. சேர்ந்து விளையாடல்

பெரியவர்களும் பிள்ளைகளுடன் விளையாடுவது அவர்களுக்கு அளவற்ற மகிழ்வைத் தரும். பெரியவர்களுக்கும் பிள்ளைகளுக்கும் இடையிலான இடைவெளி குறைந்து சுதந்திரமான சூழலை உணர்வர்.

### 15. சுற்றுலா செல்லுதல்

விடுமுறை நாட்களில் சுற்றுலா செல்வது சிறுவர்களுக்கு ஒரு புதிய அனுபவத்தைக் கொடுக்கும். புதிய விடயங்கள் பலவற்றைக் கற்றுக் கொள்வர். சிறுவர்கள் எப்பொழுதும் புதிய இடத்தையும் புதிய அனுபவங்களையுமே அதிகம் விரும்புவர். சுற்றுலாவில் கிடைத்த அனுபவங்களை தமது ஏனைய குடும்ப அங்கத்தவர்களுடன் பகிர்வதிலும் மகிழ்வைச் சில நாட்கள் தொடர்ந்து தக்கவைத்தும் கொள்வர்.

இவ்வாறான வழிமுறைகளினூடா பிள்ளைகளை மகிழ்வித்து வாழ்தல் குடும்பத்தின் ஒட்டுமொத்த மகிழ்ச்சியையும் மீட்டுத்தரும். பொருளீட்டும் இயந்திர வாழ்வில் பிள்ளைகள்மீதான கருசனையும் மகிழ்வுட்டும் சந்தர்ப்பங்களும் குறைவாகவே உள்ளது. நாம் பிள்ளைகளை கையாளும் முறையும் மகிழ்விக்கும் முறைகளுமே பின்பு அவர்களின் பிள்ளைகளையும் சென்றடையும். எனவே இதன் தாக்கம் பரம்பரையாக தொடரக்கூடியது. பிள்ளைகளை மகிழ்வித்த ஆரோக்கியமான மகிழ்வான குடும்பத்தை உருவாக்குவோம்.



## முதுமையின் தவிப்பு

எஸ். ஜெயந்தராஜ்

வாழ்க்கைமிகவும் விசித்திரமானது. எத்தனையோ இனிமையான தருணங்களையும் சுவாரஸ்யமான விடயங்களையும் தந்துவிட்டுச் செல்கின்ற அதே வாழ்க்கைதான். நம்மால் தாங்கிக்கொள்ளவேமுடியாத வலிகளையும், ஜீரணிக்கவேமுடியாத ரணங்களையும் காலத்திற்குக் காலம் தந்துகொண்டே செல்கின்றது.

“ஒற்றை மனிதனுக்கு இத்தனை பெயர்களா?” என்று வியக்கவைக்கும் வகையில் குழந்தை, சிறுவன், இளைஞன், நடுத்தரவயதுடையவன், முதியவர் என ஒவ்வொரு கட்டத்திலும் இயற்கை எமக்குப் பெயர் வைத்து அழகு பார்க்கின்றது. ஆனால் என்ன முதுமை மட்டும் மற்றையவற்றிலிருந்து மாறுபட்டது. இந்ந ஒவ்வொரு பெயர்களும் வயது அடிப்படையாகவே வழங்கப் படுகின்றன. அந்தவகையில் 60 வயதிற்கு மேற்பட்டவர்களை முதியவர்கள் என்று சொல்லி விடுகின்றார்கள்.

இத்தகைய இந்த முதுமைப் பருவமானது எமது சமுதாயத்தினைப் பொறுத்தவகையில் ஒரு சிலரைத் தவிர ஏனையவர்களுக்கு ஆரோக்கியமானதாக அமையவில்லை. எப்படி ஒரு மனிதனுக்கு தனது குழந்தைப் பருவத்தில் ஒரு அரவணைப்பு, ஆதரவு, ஆறுதல், அன்பு, நம்பிக்கை என்பன தேவைப் படுகின்றனவோ அதேபோல முதுமைப்பருவத்திலும் தான் அன்பைச் செலுத்துவதற்கும், தன்மீது அன்பு செலுத்தப்படுவதற்கும் ஒருநபர் தேவைப்படுகின்றார். மேலும் தன்னுடைய தேவைகளை அறிந்து பூர்த்தி செய்வதற்கு, உடல் வலுவற்றுப் போகின்ற நேரங்களில் உதவியளிப்பதற்கு, நேரானேரத்திற்கு உணவையோ, மருந்துப் பொருட்களையோ எடுத்துக்கொடுப்பதற்கு, அடிப்படைத் தேவைகளை நிறைவேற்றுவதற்கு என எப்போதும் இன்னொரு நான்—

வருடைய உதவி தேவைப்படுகின்றது. இது அனைத்து முதியவர்களுக்கும் அவ்வளவு சுலபத்தில் கிடைத்துவிடும் என்று கூறிவிடமுடியாது.

பொதுவாகவே முதியவர்களின் மன நிலை மிகவும் வருத்தத்திற்குரியதாக இருக்கும் போது இலங்கையில் வடக்கைப் பொறுத்தவரையில் இயற்கை தந்த முதுமையும் யுத்தம் தந்த தனிமையும் ஒன்றுசேர அனுபவித்துக் கொண்டிருக்கின்ற வாழ்க்கையின் பொக்கிஷங்களைச் சற்றுக் கவனத்தில் எடுத்துப் பார்க்க வேண்டியது அவசியமானதாக இருக்கின்றது. முதுமை அதனோடு சேர்ந்த தனிமை மிகவும் கொடுமை.

பெரும்பாலான முதியவர்களை எடுத்துப்பார்க்கின்றபோது குடும்பங்களிடையே அவர்களின் வாழ்க்கை கவலைப்படத்தக்க வகையிலேயே அமைந்துவிடுகின்றது. காரணம் அவர்கள் வருமானம் இல்லாதவர்கள், நோய்வாய்ப்பட்டவர்கள், ஞாபகமறதி உடையவர்கள், நாகரிகம் தெரியாதவர்கள். என்று கூறிக்கொண்டேபோகலாம். இதனால் அவர்கள் தமது குடும்பத்தினராலேயே புறக்கணிக்கப்படுகின்றனர்.

யுத்தம் மிகப்பெரிய அநீதியை அவர்களுக்கு இழைத்துவிட்டது. ஆனால் அவர்களுக்கு வழங்கியிருக்கும் நலத்திட்டங்களே ஒப்பீட்டளவில் மிகவும் குறைவு. தமது முதுமைக் காலத்தில் முதுகெலும்பாக நிற்பார்கள் என்று எண்ணிய பிள்ளைகளையும், ஒருத்தருக்கொருத்தர் அந்நியோன்னியமாக வாழ்ந்த துணையையும், வாழ்ந்த வீடு, சேர்த்துவைத்த பொருள்பண்டம், வருமானம், ஈட்டித்தந்த கால்நடைகள் என அத்தனையையும் பறித்தக் கொண்டு தனிமரமாக நிற்கவைத்துவிட்டது இந்த யுத்தம்.

முதியவர்களையும் கருத்தில் கொண்டு அரசு சில நலத்திட்டங்களையும் செய்துதான் இருக்கின்றது. 70 வயதுக்குமேல் 2,000 ரூபாய், 67 வயதுக்குமேல் சுயதொழில் கொடுப்பனவு, 60 வயதுக்குமேல் முதியோர் அடையாள அட்டை, செவிப்பறை இயந்திரம், கண்வில்லை, ஊனமுற்றோர் உபகரணம் என்பனவும், புற்றுநோய், காசநோய், முள்ளந்தண்டு மற்றும் சிறுநீரக

நோயாளிகளுக்கு மருத்துவ உதவிகள் என்பனவற்றையும் செய்கின்றது. ஆனால் மட்டுப்படுத்தப்பட்ட அளவிலேயே இவையும் உள்ளன. 70 வய தினைக் கடந்தும் 2,000 ரூபாய் கிடைக்கப்பெறாமல் காத்திருப்புப் பட்டியலில் எத்தனையோபேர் இன்னமும் உள்ளனர். இருந்த போதிலும் இத்தனையையும் ஒட்டுமொத்தமாக இழந்தவர்களுக்கு ஆறுதலளிக்கும் வகையிலான நஷ்டஈட்டை இதுவரையும் வழங்கவில்லை. அநாதைகளாக்கப்பட்ட முதியவர்களை மறந்துவிட்டு மீள் குடியேற்றம், வாழ்வாதாரம், அபிவிருத்தி என்று சொல்லிக்கொண்டே செல்கின்றோம்.

எல்லாவற்றையும் இழந்து எஞ்சியிருக்கும் இவர்களிடம் காணப்படுவது பசியும் வறுமையும் தனிமையுமே. அதைவிட முதுமையில் தாக்குகின்ற நோய்கள், யாருமே இல்லையென்ற ஆதரவற்றநிலை என்பனவற்றையே கூறலாம். யுத்தத்தினாலும் தொடர் இழப்புக்களினாலும் அவர்களின் வயதையுடைய பிற முதியவர்களுடன் ஒப்பிடுகையில் உள்ளத்தாலும் உடலாளும் பலவீனப்பட்டுள்ளனர். அடிப்படைத்தேவைகளைக் கூட தனித்துச் செய்ய முடியாத நிலையில் உடல் இருக்க, உழைத்துச் சாப்பிட வேண்டிய நிர்ப்பந்தத்தில் இவர்களினுடைய வாழ்வு சுமையாகிப்போயுள்ளது.

“67 வயதுடைய பெண்மணி கருத்துத் தெரிவிக்கையில், யுத்தத்தில் எனது கணவரை இழந்தேன். எனக்கு நான்கு பிள்ளைகள். என்னுடைய மகனினுடைய கணவரும் யுத்தத்தில் இறந்துவிட்டார். இன்று மகள் மனநலம் பாதிக்கப்பட்ட நிலையில் என்னுடன் தான் வசிக்கின்றார். எனக்குக் கிடைக்கும் அரசாங்க உதவியான 250 ரூபாய் பணத்துடன் நான் கோவிலில் மா வறுத்து மோதகம் அவித்தால் வரும் வருமானத்திலுமே நானும் எனது மகளும் வாழ்கின்றோம். வேலைக்குப் போகக்கூடிய மன தைரியமும், உடல் பலமும் எனக்கு இல்லை. இருந்தாலும் உழைத்து வாழவேண்டிய நிர்ப்பந்தத்தில் நான் உள்ளேன்.”

இவ்வாறுதான் எத்தனையோ முதியவர்கள் வாழ்ந்துகொண்டு இருக்கின்றார்கள். வறுமையும் தனிமையும் போட்டிபோடும் வாழ்க்கை



கையாளமுடியாத நிலையில் உதவியற்றுப் பலர் வாழ்கின்றனர். ஒரு வேளை உணவிற்குப் பதிலாக வெற்றிலை, பாக்கைக் கூட சாப்பிட்டு வாழ்ந்து கொண்டிருக்கும் முதியவர்கள் இருக்கின்றார்கள். முதியவர்கள் குடும்பத்தின் மிகப் பெரும் சொத்து எமது கடந்தகால வாழ்வின் வழிகாட்டிகள். தனித்து வாழும் முதியவர்களுக்கான அன்பையும் ஆதரவையும் வழங்கும் சமூகமாக நாம் மாறவேண்டும். அவர்கள் கூறமுனையும் கதைகள் தமது சோகச் சம்பவங்களை உற்றுக்கேட்க வேண்டும் முடிந்தால் ஆறுதல் சொல்லவேண்டும். தனித்து வாழும் முதியவர்களின் உள நலனிலும் கவனத்தைச் செலுத்துங்கள். கடைசித் தருணங்களை ஆரோக்கியமாக வாழ்வதற்கு உதவ முன்வாருங்கள். அவர்களையும் கவனத்தில் கொள்வோம். முதியோர்நலன் காப்போம்.

## எல்லாம் உன்னால

எங்கட வாழ்க்கை எல்லாம்

ஞழ்வானது உன்னால

படிச்சது போதும் அநுப்படியைப்

பார் என்றாய்.

அப்பனைக் குடிக்க வைச்ச

அழகு பார்த்தது நீ தான்...

அம்மா!

குடியைக் குடி கெடுக்கும் என்று

குடிகாற அப்பனுக்கு நீ

ஒருக்காலும் சொன்னதில்லை.

மூன்று பிள்ளை உங்களுக்கு

மூத்தவனும் குடிகாறன்

இளையவனும் குடிகாறன்

குடும்பமே குடிகாறக் குடும்பமாச்சு.

தொலைக்காட்சிப் பெட்டியிலே

தொலைத்தாய் உன் வாழ்க்கை

எல்லாம்.

தொலைந்தது நீ மட்டும்?

நானும் தான்.

உள்ளம் கவங்கிப்போச்சு

ஊரெல்லாம் பேச்சா பேச்சு

எப்பிடி அம்மா எங்கட குடும்பம் உய்யும்?...

எப்பிடி உய்யும்?...

ஏன்டி பிள்ளை அழுகிறாய் என்று

பக்கத்து வீட்டுப் பரன் மாமா கேட்கிறார்...

குடிகாற குடும்பத்திலே

குதூகலம் ஏது மாமா...

வாழ்கையே வெறுத்துப் போச்சு மாமா

வானொலிப் பெட்டியின் பாடலைக் கேள்

பிள்ளை - அம்மா என்றால் அன்பு

அப்பா வென்றால் அறிவு

எங்கட வீட்டில் ஏன் அது இல்லை?

சிந்தியுங்கோ சிந்தியுங்கோவான்...

- நெய்தல் மகன்

# Getting to Know Myself and Living in the Question Mark

S.Shiyamala

Who am I? What are my values? What kind of life do I want to live? Am I living fully right now?

Existential questions like these are sometimes prompted by major life events; the death of a parent, a traffic accident, being diagnosed with a terminal illness, being caught up in a natural disaster - and for people living in conflict regions, there are tremendously difficulties which disrupt normal life patterns and plans.

But do we have to wait until we reach such moments before we take stock of our lives? Is it possible to adopt a more conscious approach to living - right now - regardless of our circumstances?

Many people use religious traditions and philosophical frameworks in order to guide their lives in a positive and meaningful way. There are benefits, like the sense of security gained through belonging to a group which has common values and goals - in other words having a collective identity. We may also reduce the levels of uncertainty and anxiety in our lives, through the feeling that we are contained in a religious structure which meets our needs and yet simultaneously transcends our individual concerns - and opens up possibilities towards

the 'higher self' or the principle of interconnection described in many traditions eg Indra's Net is a metaphor used in the Buddhist Tradition which describes an enormous, richly jeweled net - in which each jewel reflects all the other jewels.

On the other hand, religious and traditional structures can perpetuate dogma - and uphold practices which oppress some people, whilst giving others undue power. These structures can also be used as an excuse, either consciously or unconsciously, to remove or reduce the capacity to question our own experiences. They can also cause suffering and be used to curtail human growth and potential, at both an individual and collective level. Gender inequality which creates a different set of expectations and opportunities for men and women is one example where 'traditional values' are used to perpetuate suffering and stifle the development of societies - in order to keep existing power structures in place (the patriarchy).

As a Sri Lankan Tamil who was born in Jaffna, but went to live in London at the age of 2, I have had the privilege of being conditioned through two cultures (London and Jaffna). At the same time, this dual heritage has caused many internal conflicts within me - having to navigate the culture, religion and tradition of my parents and extended family which dominated my early years - whilst also navigating London's culture - polar opposites of each other from a cultural perspective!

A by-product of this internal conflict has been a constant questioning, which seems to fill my life with pleasure and meaning. I am choosing to rebalance the need for certainty and security with the thrill of being able to question everything. I am



choosing to question power structures and hierarchies which cause suffering to the majority and create privilege for the few. For me this feels like a meaningful way of living. Questioning allows me to contemplate reality beyond the responses I have been conditioned to make by parents, teachers, religion, tradition or society.

Coming to work in Sri Lanka for year has invigorated me with a huge number of new questions about why things are the way they are - as well as questions about how positive changes can be made - whilst wondering how my actions, as someone coming from 'the west', will not reproduce the oppression that I observe, name and critique.

At the same time, I recognise that as a 'middle class' Londoner my experience of hardship is very limited - and perhaps that enables me to question in a way that is less possible for people who grow up in authoritarian countries like Sri Lanka? I often find myself wondering what type of outlook I would have developed if my parents hadn't left Sri Lanka for the UK. Would I allow them to make choices for me? Would I classify myself as a 'good person' because I was 'religious' or because I spent a lot of time in the home on domestic work? Would I be living my life worried about what others thought about me and whether I was 'upholding' the family name? Would I internalise the oppression that repeatedly tells women that they are inferior to men and normalises domestic violence?

Life's difficulties, which we all experience in some form or another, regardless of our circumstances, may lead to soul searching questions about meaning and purpose, and how to

utilise the time that is available to us. People like Viktor Frankl, the Holocaust survivor, have demonstrated that our internal resources such as courage and patience can be cultivated in even the most brutal of conditions. At the same time, we have a responsibility to deconstruct the social and political inequalities which keep people down - and find appropriate solutions. As Gandhi teaches; inner and outer change is linked - if we want to create better conditions in society, then we also have to create better conditions within ourselves. A contemporary inspiration to me is Lyda June Johnston, a peace maker from New Mexico who calls for the return of guardianship of the Black Hills to the Lakota, Nakota and Dakota nations - among many other activities. Google her name!

Personally, I do not hold onto any particular religion or tradition. I take inspiration from several sources. One of my core values is to 'do no harm', which is very challenging in this complex world, but I believe that every action in this direction does make a difference. One of my core practices is civil disobedience, which is needed in so many societies, not just the two places I come from.

I aspire to 'live in the question mark' - to interrogate my own experience and the situations I find myself in with non judgement, curiosity and compassion. An exciting and sometimes daunting challenge. I find the following quote helpful...

“I beg you, to have patience with everything unresolved in your heart and to try to love the questions themselves as if they were locked rooms or books written in a very foreign language.

Don't search for the answers, which could not be given to you now, because you would not be able to live them. And the point is to live everything. Live the questions now. Perhaps then, someday far in the future, you will gradually, without even noticing it, live your way into the answer.”

— Rainer Maria Rilke, Letters to a Young Poet

### தமிழ்மொழி பெயர்ப்புச் சுருக்கம்

நான் யார்?

எனது மதிப்பீடுகள் எவை?

நான் எந்தளவில் வாழ்வை வாழ விரும்புகிறேன்?

நான் முழுமையாக வாழுகின்றேனா?

யாழ்ப்பாணத்தில் பிறந்த நான் இரண்டு வயதில் லண்டன் சென்றேன்.

விளைவாக என்னில் லண்டன் கலாச்சாரமும், யாழ்ப்பாணக் கலாச்சாரமும் இணைந்து செயற்படுவதை உணர்கின்றேன்.

பெற்றாருக்கான திறன்களும், உள சமூக சூழல் உருவாக்கமும் பெற்றோருக்கும் பிள்ளைகளுக்கும் இடையே, சகோதரர்கள் மத்தியில் நல்லுறவு உருவாவதற்கு நலிவற்றோருக்கான திறன்கள் அபிவிருத்தி செய்யப்படவேண்டும் எனது அனுபவமும் சுழலும் இயைபாக்கம் பெற்ற நிலையில் உள்ளனவா?

எல்லாச் சந்தர்ப்பங்களில் வாழ்வுங்கள்

இப்பொழுதே கேள்விகளை வாழ்வாக்குங்கள்.

அதிகாரியாக அல்ல பொறுப்புணர்வுமிக்க பெற்றோராகச் செயற்பாடுகள் வன்முறையினால் அல்ல சுமுகமான தொடர்பாடல் மூலம்

பிரச்சினைகளுக்குத் தீர்வுகாண முயலுங்கள்

நீங்களே முன்மாதிரியாக மாறுங்கள்.

உங்கள் பிள்ளைகளுடன் நேரத்தைச் செலவிடுங்கள்

உங்கள் பிள்ளைகளுக்குப் பொறுப்புணர்வைக் கற்றுக்கொடுங்கள்.



## Parenting Skills and the Psychosocial Environment

*-the 5 most important things you can do for your child*



**Name:** Caroline Belaunde Brynsrud

**Age:** 21

**Home Country:** Norway

**Occupation:** Student at the University of Oslo (Masters in Educational Sciences)

**Occupation in Jaffna:** Internship at HUDEC Caritas, teaching English at St Martin's seminary

According to many studies, the latest one carried out by psychologists at Michigan State University in America, the quality of parenting skills have a great impact on the psychosocial environment in a home. The psychosocial environment refers to the culture between people in a determined space- how do they treat each other? How do they feel around each other? Do they feel safe and relaxed in each other's company?

If parenting skills are crucial for the well being of all family members, both children and parents, we should ask ourselves the following question: What are the most important parenting skills adults should have?

### **Be a parent, not a boss.**

The first thing all parents should do is understand what being a parent really means. It does not mean being a boss, or a director or an employer. Your duties as a parent are the following: to love them, to guide them, and to make them trust you.

Being a parent also means being a friend to your child. Make them feel that they can come to you with out resuvation Establish a relationship based on respect, not fear. These are not the same thing. If your children fear you, they will not trust you.

### **Solve problems through Communication, not violence.**

Teach your children to solve problems through speaking, not through hitting. If you think violence solves problems, you are wrong. The proof is in your own country- did the war solve any problems? No, it simply created new ones.

By hitting your children, you are confusing them. They will think it is fine to hit the people they love. Later in life they might hit their spouses or their own children. Love is never synonymous to violence. By hitting them, you are also telling them that people with power can treat others in any way they like, which is not true.

Children who are beaten will never learn to do the right thing out of good judgment. They will only learn to do the right thing out of fear.

### **Be a role model.**

It is a fact that children copy adults. We can for instance see it through the games they play- they pretend to be a family and

play the “mum, dad and child” game. Therefore, be the person you would want your child to become. If you are lazy and watch TV all day, your children will do the same. If you don't help those around you, your children won't either. If you are kind to others, if you work hard and if you have ambitions, your children will too. They will copy both your good behavior and your bad behavior. So think about how you act around your children. Your actions speak louder than your words.

### **Spend time with your children**

Time makes things grow. If you put money in the bank, its value will increase over time. If you spend time with your children, they will become better people. By spending time with your children, you are showing them that you care about them. It is your job as a parent to show them that you love them and that their wellbeing is important to you. Showing love requires more than just giving them food. Ask them how they are, take interest in their lives. Ask them what they learned at school today, ask them who their friends are, ask them if they are happy. Take an hour of your day to play with them or to teach them something new. Read books with them, sing with them, or paint with them. Ask them to join you in the kitchen so they can learn how to cook. Show them that they are worth your time, and they will do the same for you when you grow old and need to be looked after. You can't expect your children to make time for later you if you don't make time for them now.

### **Teach your children responsibility**

As a parent, you are here to teach your children how to live their own life. This means teaching them responsibility and self



reliance. In the same way young birds leave their nests, your children will leave their home and be a part of a society. Your job is to prepare them for this and to give them the skills they need to succeed in the world. As they are growing up, teach them how to make dinner, wash clothes and manage money. Children need to learn how to do things on their own. By giving your children freedom, they will develop abilities such as decision making and problem solving. By giving them freedom, they will discover more about the world they live in, and they will learn to not be afraid of new things.

As a parent, you can guide your child and give them advice. But in the end, they are the ones who have to make their own choices, because they are the ones who will live with those choices. Let the younger children chose what games they want to play. Let the older children decide what they want to study at university, and later, who they want to marry.

### **“நான்” சந்தா கட்டிவிட்டீர்களா?**

2017ம் ஆண்டுக்கான சந்தாவை புதுப்பித்து உங்கள் நாளை பெற்றுக் கொள்ளுங்கள். ரூபா 250/=

“நான்” உளவியல் சஞ்சிகை வாசகர்களே உங்கள் நண்பர்களும் “நான்” சஞ்சிகை பெற ஆவலாய் இருப்பதை அறிகிறோம்.

நாம்பெற்ற அனுபவங்கள்

நண்பர்களும் பெற்று மகிழ

இன்றே அவர்களுக்கு அறிமுகம் செய்யுங்கள்.

## சிறுவர் மற்றும் இளம் தலைமுறைகுறித்த சமகாலத்து ஏக்கத்தின் நியாயத்தன்மை

“சமகாலத்தில், சிறுவர் மற்றும் இளம் தலைமுறை குறித்த ஏக்கம் அவர்களது செயற்பாடுகள் காரணமாக மக்கள் மத்தியில் பாரிய அச்ச உணர்வினை தோற்று வித்துள்ளது. விளையாட்டு போட்டிகளிலும், விவாதமேடைகளிலும், குழுச் செயற்பாடுகளிலும், பாடசாலைசார், கல்விசார் செயற்பாடுகளிலும் கருத்து ஒருமித்த நிலை என்பதனை அவர்கள் மத்தியில் காண்பது என்பதுவும் அத்தகைய நட்புவட்டம் நிலைத்திருப்பது என்பதுவும் கேள்விக்குரியதுவே. இந்த நிலைமையானது சரிவர புரிபடாது போயின் அனைவரும் தமது தேவைகளுக்கு சிறுவரை மற்றும் இளையவர்களின் பயன்படுத்த தொடங்குவர். இது விபரீதமானது. யுத்தத்தின் தாக்கத்தினைவிட வலியது. இதனை சரிவர பொறுப்புடன் அணுகுவது தொடர்பிலும் அத்துடன் அத்தகைய அணுகு முறையில் எமது பொறுப்புகள் குறித்தும், அத்தகைய நாட்டப்படி முறைமைகளுக்கு வழிகாட்டியாக இருக்கும் தராதரங்கள் குறித்தும் இப்பகுதி அமைந்து காணப்படுகின்றது”

ஜெகநாதன் தற்பரன் LLB,MA, PG Dip in Psy  
சட்டத்தரணி

சிறுவர் உரிமைகள் சமவாயம் என்பது ஓர் அனைத்துலக உடன்படிக்கை. இலங்கை அரசு 1989ன், இறுதிப்பகுதியில் இச் சமவாயத்தினை ஏற்று நடைமுறைப்படுத்துவதாக ஒத்திசைவு காட்டி, 1991ன், இறுதிப் பகுதியில் (ஏறத்தாழ இரண்டு வருடமீளாய்வின் பின் - சர்வதேச ஆவணத்தின் ஏற்பு என்பது)உள் நாட்டில் நடைமுறைச் சாத்தியமானது. 1992ல் இலங்கைச் சிறுவர் சாசனமும் வெளியிடப்பட்டது. அந்நாளிலிருந்து, இவ் ஆவணம், சிறுவர் உரிமைகள், பொறுப்புடைமைகள், பொறுப்புகள் போன்ற பேசுபொருளின் எல்லையினை, கருத்தொருமிப்பின் பரப்புக்களினை நிர்ணயம் செய்வதில் உசாத்துணை புரிவதுடன் சிறுவர் உரிமைகளினை யதார்த்தமாக்குவதில் கவனத்தில் கொள்ளப்பட வேண்டிய அடிப்படை ஆவணங்களில் முதன்மை

யானதாகவும் திகழ்கின்றது. இலங்கையில் சிறுவர்களின் நிலைமைகளை நான் ஆய்வு செய்வதற்கும் கருவியாக பயன்படுகின்றது.

எனவே, சிறுவர்கள் தீர்மானம் மேற்கொள்வதில் பங்களிப்பு செய்வற்கான உரிமைகள் (right to participate in decision) குறித்தும் செல்வாக்குச் செலுத்தும் காரணியாக இச்சாசனம் திகழ்கின்றது. உரிமைகள், பொறுப்புடைமைகள், பொறுப்புக்கள் குறித்த சமகால சுயநிலை விளக்கங்களினை நிர்ணயம் செய்வதில் உசாத்துணை வழங்கும் நோக்கில் இக்கட்டுரை அமைந்துள்ளது.

### பங்களிப்பதற்கான உரிமை (right to participate)

சிறுவர்கள் தமது சிறுவர் பராயத்தில் “இணைந்தே விஸ்தரிப்பு செய்கின்றதான திறன்களின் அடிப்படையில்” (evolving capacities) குடும்ப, சமூக மற்றும் தமது நலன் சார் விடயங்களில் தீர்மானம் மேற்கொள்ள ஊக்குவிப்புச் செய்யப்படல் வேண்டும் என்பதுவும், சிறுவரைப் பாதிப்பிற்கு உள்ளாக்காத எந்தவொரு விடயப்பரப்புக்களிலும் பங்குபற்றுவதுக்கான உரிமை என்பது நடைமுறைச் சாத்தியமானதாக காணப்படுகின்ற சந்தர்ப்பங்களில் எல்லாம் ஏற்றுக் கொள்ளப்பட வேண்டிய ஒன்று என்பதுவும் இலங்கைச் சிறுவர் சாசனம் மூலமாக அறிய முடிகின்றது.

இங்கு பங்களிப்பு என்பது தனித்தே உள்வாங்குதல் (inclusion) ஈடுபட வைத்தல் (involve) என்பனவற்றினுள் மட்டுப்படுத்தப்படவில்லை என்பது கவனத்தில் கொள்ளல் வேண்டும். எனவே, பங்களிப்பதற்கான உரிமை இலங்கை மற்றும் அனைத்துலக சமவாயம் ஆகியன வலியுறுத்தும் விடயப்பரப்பாக திகழ்கின்றது.

பங்களிப்பு என்பது சிறுவர் தமது அறிவு, திறன் ஆகியவற்றின் அடிப்படையிலும், தனது சார் விடயப்பரப்புக்களில் புறக்காரணிகளினால் பாதிப்புறக் கூடிய அடிப்படை விடயங்கள் (உயிர் வாழ்தல், மேம்பாடு, பாதுகாப்பு) பாதிப்படை யாமல் இருக்கக் கூடிய வகையில் பங்களிப்பதற்கான உரிமைகளை வலியுறுத்துகின்றது.



உதாரணமாக: பிறந்து தொட்டிலில் இருக்கும் சிறுபிள்ளை பிறரை அவதானித்தல், பிறர் செய்கையை உற்று நோக்கல், போஸ்ச் செய்ய முனைப்பு காட்டல் (தூணாகவே பங்களிப்பு செய்வதனூடாக) எழுந்து நிற்க முயற்சிப்பு செய்வதனைக் கருதலாம். இங்கு எவரும் பங்களிப்பு செய்வதற்கான உரிமையினை ஊட்டி விடுவதில்லை.

எனினும், மாறாக, (சிறுவர்) எழுந்து நிற்க வேண்டிய வயதில் நிற்கவில்லை எனின் உசாத்துணை செய்கின்றோம். பங்களிப்பிற்கான உரிமையினை உறுதி செய்கின்றோம். இதே நிலைமைகள் வளர்ந்து வருகின்ற சிறுவர்கள் மற்றும் வளந்தவர் மத்தியில் காணப்படல் என்பது அத்தியாவசியமாகின்றது. எனவே, “பங்களிப்பிற்கான உரிமைகள்” (rights related to participation) என்பது “பங்களிப்புரிமை” (right to participate) என்பதனை எடுத்துரைப்பதாகவே கொள்ள வேண்டியுள்ளது. உயிர்வாழ்தல், பாதுகாப்பு, மேம்பாடு போன்ற ஏனைய முக்கிய பகுதிகள் போலவே “பங்களிப்பு” என்பதுவும் ஒரு வகுப்பாக்கமாகவே கருதப்பட வேண்டியுள்ளது. சிறுவர் உரிமைகள் சம்பந்தமான உறுப்புகள் (articles) மேற்படி வகுப்பாக்கத்தில் ஒன்றையோ அல்லது ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட பகுதிகளினையோ மையப்படுத்தி அமைந்து காணப்படுமே அன்றி அவ்வகுப்பாக்கத்தினை விளக்குகின்ற உறுப்புகளாகக் காணப்படமாட்டாது. எனவே, குறிப்பிட்ட பகுதிகளுள் ஒன்றான பங்களிப்பிற்கான உரிமைகள் என்பதன் விளக்கங்களினை உறுப்புகள் மூலமாகவே விளங்க வேண்டியுள்ளது.

இதற்கு ஆதார பூர்வமாக, சிறுவர் சாசனம் எடுத்துரைக்கும் உறுப்புகள் மூலமாக (articles focussing on participation) பின்வரும் விடயங்களைக் கருதமுடியும்.

- I. சிறுவர் உரிமைகள் சாசனத்தின் முக்கிய கொள்கைகள் மூலமாக சிறுவர் உரிமைகள் யதார்த்தமாக்கப்படுகின்றன. உயிர்வாழ்தல். மற்றும் மேம்பாடு (Survival and Development), பாகுபாடு காட்டாமை (Non-Discrimination), சிறுவரின் உயரிய நலன்கள் (Best Interests of the

Child) மற்றும் பங்குபற்றல் (Participation) போன்றன. பங்குபற்றல் தவிர்ந்த கொள்கைகள் யாவும் உறுப்புரைகள் (6),(3),(2)ல் குறிப்பிடப்பட்டவாறு விபரிக்கப்பட்டுள்ளன.

பங்களிப்பு என்பது கருத்துக்கள் வெளியிடும் சுதந்திரம், கூடும் சுதந்திரம், தம் நலன் சார் விடயப்பரப்புக்களில் தீர்மானம் மேற்கொள்ளப்படுகின்ற அம்சங்களில் கருத்துக்களினை தெரிவிக்கவும், அவ்வாறாக தெரிவிக்கப்பட வேண்டிய கருத்துக்கள் செவி சாய்க்கப்பட வேண்டும் என்கின்ற உறுப்புரைகளுக்குள் உள்ளடக்கப்படுகின்றது. அல்லது மட்டுப்படுத்தப்படுகின்றது.

II. ஏனைய வகுப்பாக்கங்கள் அல்லது பகுதிகள் போலவே பங்களிப்பதற்கான உரிமை என எந்தவொரு உறுப்புரையும் சிறுவர் உரிமைகள் சாசனத்தில் குறிப்பிட்டுக் கருதப்படவில்லை. “உறுப்புரைகள் மூலம் ஊக்குவிக்கப்படல்” என்பதாக மட்டுப்படுத்தப்படுகின்றது.

III. பங்களிப்பிற்கான உரிமை என்பது விஸ்தீரணமடைந்து செல்கின்ற வயது, அறிவு, முதிர்ச்சி போன்ற திறன்களின் அடிப்படையில் தீர்மானிக்கப்பட வேண்டியன. மாறாக சூழ்நிலைகளினால் அல்ல.

மேற்படியாக நோக்குமிடத்து சிறுவர் பங்களிப்பு என்பது மட்டுப்பாடுகளுடன் பரந்துபட்ட பொருள்கோடலுக்கு அல்லது குறுகிய விளக்கங்களுக்கு உள்ளாக்கப்படலாம் என்பது புலனாகின்றது. அத்துடன் பங்களிப்பு செய்வதில் தாக்கம் செலுத்தும் காரணிகளாக பிள்ளைகளின் உயரிய நலன், மேம்பாடு, பாதுகாப்பு போன்ற அடிப்படைக் கொள்கைகள் அமைந்து காணப்படுகின்றன. எடுத்துக்காட்டாக, சிறுவர்களது கூடும் சுதந்திரமானது தமது நலன்களில் அக்கறை கொள்ளக் கூடியதும், பாதுகாப்பிற்கு அச்சுறுத்தல் இல்லாத, மேம்பாட்டினை ஊக்குவிக்க கூடியதான நட்பு வட்டத்தைக் கருதுகின்றது. மறுதலையாக எவருடனும் கூட்டுச்சேரல் என்பதாக அல்ல.

இவ்வாறே, கருத்துச்சுதந்திரம் என்பது சில எடுத்துக்காட்டுக்களினால் மட்டும் தூண்டப்பட்டு உணர்ச்சி வசப்பட்டு பேசுவது அன்று. மாறாக, தமது

சிறுவர் பராயத்திற்கு ஏற்ற (சிறுவர்) மொழியில் பொறுப்புடைமையுடன் தம்மை, பிறரைசலிப்புற அல்லது மனநோவு அடையச் செய்யாமல் தாமாகவே முன் உவந்து வெளியிடும் கருத்தாக அமைந்து காணப்படல் வேண்டும். இதுவே சிறுவர் சாசனம் மூலமும் எதிர்பார்க்கப்படுகின்றது.

இங்கு கதைக்கப்படுகின்ற விடயப்பொருள் என்பது சிறுவர் சார்ந்ததாகவும், விடயப்பொருளில் சிறுவரின் கருத்தாகவும் அமைந்து காணப்படல் வேண்டும் என்பதுவும் வலியுறுத்தப்படுகின்றது.

இத்தகைய கருதுநிலை, கிராமிய மட்ட சிறுவர் மேம்பாட்டுக் குழுக்களுக்குரிய தேசிய வழிகாட்டிக் கோவையினை தயாரிப்பதிலும், பின் அவ் வழிகாட்டிக்கோவை செயற்படுத்தப்படுவதிலும் வலியுறுத்தப்பட்டுள்ளமை அவதானிக்கத்தக்கது. கிராமிய மட்ட சிறுவர் மேம்பாட்டுக் குழுக்களுக்குரிய தேசிய வழிகாட்டிக் கோவை, சிறுவர் உரிமைகள், கண்காணிப்பு செய்யப்படுவதையும் அறிக்கையிடப்படலினையும் செயற்பாடுகளாகக் கொண்டு இயங்கும் குழு என்பது நோக்கத்தக்கது.

அத்துடன், சிறுவர்களுக்கான அமைப்புக்களினை, அதன் செயற்பாடுகளினை வலியுறுத்தும் படிமுறை விளக்கங்களிலும் சிறுவர் கருத்துக்கள் செவிசாய்க்கப்படலின் முக்கியத்துவம் தெளிவுபடுத்தப்படுகின்றது. மேற்படி அமைப்புக்களது அங்கத்துவம் தொடர்பில் வெளியிடப்பட்ட அரசு சுற்றறிக்கையில் கிராமிய, பிரதேச, மாவட்ட, மாகாணமற்றும் தேசிய மட்ட சிறுவர் உரிமைகள் கண்காணிப்புக் குழுக்களில் 30% இட ஒதுக்கீடு சிறுவர்களுக்கு வழங்கப்பட வேண்டும் என வலியுறுத்தப்பட்டுள்ளது.

இவ்வாறாக, உரிமைகள் நிலைநாட்டப்படுவற்கு ஏதுவான சூழ்நிலைகளினைத் தோற்றுவித்துள்ள அதே சமயத்தில் அரசு சார் சமூகம் சிறுவர்களிடத்தே பொறுப்புடைமை என்பதனையும் கூடவே வலியுறுத்துகின்றது. சிறுவர் கருத்து என்பது பிறரால் மறுக்கப்படுவதாக அமைந்து காணப்படக் கூடாது என்கின்ற நன்னோக்கிலும், சிறுவர்களிடத்தே சிறந்த நற்பண்புகள்



வளர்க்கப்படல் சிறப்பானது என்கின்ற பொது நோக்கிலும் சிறுவர் வெளியிடுகின்ற கருத்துக்கள் வெளியிடும் நபரையோ அல்லது பிறரையோ பாதிப்புறச் செய்யாத வண்ணம் தமக்கேயுரிய மொழிநடையில் கருத்துக்களினை வெளியிட உரிமை உண்டு என்பதாக குறித்த உறுப்புரை (12) எடுத்தியம்புகின்றது.

கடந்த மாதத்தின் இறுதிப்பகுதியில் யாழ் செயலக கேட்போர் கூடத்தில் நடைபெற்ற கலந்துரையாடலில் சிறுவர்களுக்காக செயற்பட்டு வருகின்ற அதி காரிகள் மற்றும் கிராமிய செயற்பாட்டுக்குழு அங்கத்தவர்களுக்கான செயலமர் வில் மேற்படி கருத்தினைக் கூறும் வரை அனேகருக்கு இந்த விடயப்பரப்பு குறித்த தெளிவின்மையே காணப்படுகின்றது என்பதனை நிகழ்வின் பின்னூட்டலின் மூலம் அறியக் கூடியதாக இருந்தது. எனவே, கருத்தாடல்களிலும், பட்டி மன்றங்களிலும், அல்லது தீர்மானகர்த்தாக்களின் சபையிலும் சிறுவர் பங்களிப்பு என்பது பல்வேறு விடயப்பரப்புக்களில் விபரமாக விளங்க முற்பட வேண்டும்.

சிறுவர் உரிமைகள் என்பதனை மேலைத்தேய ஆவணமாகவும், சிறுவர் உரித்துக்கள் என்கின்ற பெயரில் சிறுவர் எதனையும் செய்துவிடலாம் என எண்ணுபவர்களும் இலங்கைச் சிறுவர் சாசனத்தின் விபரிப்புக்களினை விபரமாக விளங்க முற்படும் போது மட்டுமே தெளிவான பொருள்கோடலினைப் பெற்றுக் கொள்ள முடியும். சிறுவர்சார் நல விடயங்களிலும் அத்தீத கவனம் செலுத்தப்படுவதில் பெற்றோர், சிறுவர்சார் சமூகம் அக்கறை கொண்டவர்களாக காணப்படுவது என்பது அவசியமாகின்றது. இத்தகைய பொறுப்புடைமைகள் சிறுவர்களுக்கும், சிறுவர் சார்பெற்றோர்களுக்கும் விடப்படுகின்ற அறை கூவலாகும். இதற்கு வலுச்சேர்ப்பதற்கு பின்வரும் எடுத்துக்காட்டுக்களினை யும், விளக்கங்களினையும் சான்றாக கொள்ளலாம்.

1. சிறுவர் பங்களிப்பு என்பது சிறுவரின் உரிமை. எனினும், வெளியிடப்படுகின்ற கருத்துக்கள், செவிசாய்க்கப்படுகின்ற தருணங்கள் யாவும் - இணைந்து காணக்கூடிய சந்தர்ப்பங்கள் சூழ்நிலைகள் யாவும் - சிறுவர் நலன்களை மட்டும் பிரதிபலிப்பதில்லை. மாறாக பிற நன்மைகளினையும்,

சலுகைகளினையும் மையமாகக்கொண்டு அமைவதாகவும் உருவகப் படுத்தப்படலாம்.

உதாரணமாக: அதிகாரி தனது இடமாற்ற கோரிக்கை மறுப்பிற்கு சிறுவரைக் கருத்துச் சொல்ல வைப்பது. சிறந்த சிறுவர் சூழல் என்பது குறித்த அதிகாரியின் இடமாற்றத்தினால் பாதிப்படையக்கூடும்.

இத்தகைய நிலைமைகளில் சிறுவரின் கருத்து, சிறுவர்களின்நலன், அச்ச உணர்வு வேறுபடுத்திப் பார்க்கப்படல் வேண்டும். இதற்கு கூடுதல் பொறுப்புடைமை பெற்றோர் சமூகத்திற்கு உள்ளமை நோக்கத்தக்கது.

சம்பவத்தில் சிறுவர் கருத்து சொல்ல வைக்கப்படுகின்றமை வேறு. சிறுவர்களது (மனக்) கருத்துஅறியப்பட முயற்சிக்கப்படுகின்றமை வேறு. சிறுவர் சார் விடயப்பரப்புக்களில் சிறுவருடன் இணைந்து செயற்படுபவர்களின் பொறுப்புக்கள்மூலம்இதுசாத்தியமாகின்றது.

2. சிறுவர்களது கருத்துக்கள் அழுக்கத்திற்கு உள்ளாக்கப்பட்டதாக அல்லது கருத்து உருவகப்படுத்தப்பட்டதாக அமைந்து காணப்படவில்லை என்கின்ற உறுதிப்பாடு. இந்நிலை குடும்ப மட்டத்திலும் சரி சமூக மட்டத்திலும் சரி சமகாலத்தே அதிகம் கவனிக்கப்படவேண்டிய அம்சமாகின்றது.

சிறுவர் பேசும்வரை பேசியதன் பின்பு பேசப்பட்ட கருப்பொருள் சிறுவரின் கருத்து இல்லை என வழக்கு தொடக்கப்படும் வரை, பேசியும், விசாரணைகள் முடிந்து தண்டிப்பு நிலை வரும்வரைக்கும் சிறுவர் அழக கங்களுக்கு உள்ளாகியிருந்தமையும், சிறுவர் கருத்து திரிபாக்கம், உருவகப் படுத்தலுக்கு உட்படுத்தப்பட்டமை என்பதுவும் அநேகமான சம்பவங்களில் பெற்றோருக்கும் பெற்றோர்சார் சமூகத்துக்கும் தெரிந்திருப்பதில்லை.

3. எனது கருத்தில், உறுப்புரை (12) என்பது உறுப்புரை (13) மற்றும் (14)ல் அதிகம் தொடர்புபட்டிருக்கின்றது. அதாவது சிறுவர் கருத்து என்பது தன்

நலம் சார் விடயப்பரப்புக்களில் வெளியிடப்படுகின்ற கருத்துச் சுதந்திரம் என்பதிலும் இத்தகைய நடபடி முறைகளில் இணைந்து செயற்படக்கூடிய நபர்களின்விபரிப்பாகவும் அமைந்து காணப்படுகின்றது. (உறுப்புரை(12) சிறுவர் கருத்து. (13) சிறுவர் கருத்து வெளியிடும் சுதந்திரம். (14) கூடும் சுதந்திரம்.

சிறுவரின் கருத்து என்பது கருத்தறிதல், எண்ணம், சிந்தனை, தகவலறிதல் போன்ற இன்னோரன்ன அடிப்படை உரித்துக்களினைக் கொண்டமைந்து காணப்படுகின்ற பொழுதிலும், கருத்து வெளியிடல் என்பது சில வரையறைகளினையும், கூடும் சுதந்திரம் நட்பாண்மை, சிநேகபூர்வமான நட்புறவுச்சூழல், பாதுகாப்பான நட்பு வட்டம் என்பதனையும் கருதுகின்றது.

இந்த அடிப்படையில் நோக்கும் பொழுது, சிறுவர்கள் சரியானதும் தேவையான தகவல்களினைப் பெறுகின்றார்கள் என்பதுவும், அத்தகைய தகவல்-வழி சான்றாதாரத்துடன் தமது கருத்துக்களினை வெளியிட தலைப்படுகின்றார்கள் என்பதுவும் இவற்றுக்கு அமைவாக சிறப்பான நட்பு வட்டத்தினை சிறுவர் உலகை கட்டி எழுப்பவல்ல ஏது நிலைகளினை வலியுறுத்துவதாகவும் கொள்ளலாம் எனவே, இங்கு சிறுவர்கள் நல உரித்துடையவர்களுடைய பொறுப்புக்கள் விசாலமானதாக, மரபு ரீதியாக பின்பற்றப்பட்ட அணுகுமுறைகளினை (குடும்பக்கட்டமைப்பின் முக்கியத்துவத்தினை) வலியுறுத்துகின்றது.

4. சிறுவர் பங்களிப்பு என்பது ஏனைய உரிமைகளுக்கான ஓர் வழிகோல். சிறுவர் வெளியிடுகின்ற கருத்துக்கள் என்பது ஏனையவர்களினைப் பாதிக்கின்றமை என்பதனை அவதானிக்கின்றமை அவசியமாகின்றது. ஏகீகாலத்தில் குறித்த கருத்தானது சிறுவரின் ஏனைய உரிமைகளுக்கான திறவுகோலாக அமைந்து காணப்படல் என்பது ஏற்றுக் கொள்ளப்படுதல் அத்தியாவசியமாகின்றது.

மாறாக, அத்தீத பாதிப்புக்கு இட்டுச் செல்வதாகவோ, மீள்பாதிப்பிற்கு வழி அமைப்பதாகவோ (Re-Victimization) அன்றேல் பல்வேறு தடவைகள் பாதிப்புறச் செய்வதாகவோ (Multiple- Victimization) காணப்படுதல்



ஆகாது. இந்நிலை சிறுவரின் ஏனைய உரிமைகளினை பாதிப்புறச் செய்வது மட்டுமன்றி, அடிப்படைக் கொள்கைகளிலும் தாக்கம் செலுத்துவதுடன், யதார்த்தமானபங்களிப்பு என்பதனை சாத்தியமற்றதாக்கி விடும்.

இதற்கு, உதாரணமாக அண்மையில் பிரபல பாடசாலைகளுக்கு இடையே நடந்த கருத்தாடல்களின் மீதான சமூக வலைத்தளங்களின் பதிவினைக் கருதலாம். குறிப்பிட்ட சிறுவர் குழாம் கூறிய கருத்துக்களினை (அவர்களினால் விளித்துக் கூறப்பட்ட மக்கள் பிரதிநிதி குறித்த பார்வையினை புறந்தள்ளி) நோக்குமிடத்து குறிப்பிட்ட விடயப்பொருள் எங்ஙனம் குறித்த சிறுவர் குழாத்தின் கருத்தாக காணப்பட்டது என்பதுவும் குறித்த நிகழ்வின் பின்பு எங்ஙனம் சிறுவர்களினை பாதிப்புக்கு உள்ளாக்கியிருக்கும் என்பதுவும் அநேகரால் பேசப்பட்ட அம்சமாகக் காண முடிந்தது.

இத்தகைய எண்ண அதிர்வுகள் சம்பந்தப்பட்டவர்களினால் முன்பதாகவே அவதானிக்கப்பட்டிருக்குமிடத்து சிறுவர் பங்களிப்பிற்கான உரிமை என்பது மேலும் வினைத்திறன் மிக்கதாகக் கொள்ளப்பட்டிருக்கும். அத்துடன், சான்று ஆதாரங்களுடன் முன்வைக்கப்பட்ட கருதுகோள்கள் குறிப்பிட்ட சில ஊடகங்களினை மையப்படுத்தியும், குறித்த கட்சி ஒன்றினையும் சித்தரித்ததனால் தேவையற்ற திரிப்புடுத்துதல்களுக்கும், தேவையற்ற சங்கடங்களுக்கும் (சம்பந்தப்பட்டவர்களினை) ஆளாக்கியிருக்கும்.

சிறுவர் பங்களிப்பு என்பதன் சரியான பொருள் என்பது அதன் ஒவ்வோர் படிநிலைகளிலும் உறுதி செய்யப்பட வேண்டிய ஒன்று என்பதுவும் அத்தகைய நிலைமைகள் மீதான தாக்கஞ் செலுத்தவல்ல புறக்காரணிகளின் மீதான கண்ணோட்டம் சிறுவர் சார் வளர்ந்தவர்களிடமும் காணப்பட வேண்டும் என்பதற்கும் சிறந்த எடுத்துக்காட்டாக கொள்ளலாம்.

தம்மைச் சார்ந்துள்ள ஏனைய சிறுவர்களின் நலன்கள் தொடர்பில் சிறுவர்களினால் சிறுவர் மொழிமூலம் வெளியிடப்படும் கருத்துக்கள் மதிக்கப்பட வேண்டியனவே. பங்களிப்பு உரிமைகள் மூலம் மேம்பாட்டிற்கான திறவுகோல்

களும். பாதுகாப்பிற்கான சூழல் குறித்த அக்கறைக்கும் வழிவகுக்கும். அத்துடன், இவை சான்று ஆதரங்களுடன் முன்வைக்கப்படும் போது சிறந்த சிறுவர் கருத்துக்களின் மட்டுமல்ல, சிறந்த எதிர்காலச் சமூகத்தினையே தோற்றுவிக்கும் என்பதனால் குறித்த கருப்பொருளில் சரிவர எமது புலப்பார்வையினை செலுத்துவோம், அக்கறையுடன் பொறுமையாக செயல்படுவோம். இதுவே சம காலத் தேவையுமாகின்றது. சிறுவர் மொழி, மழழை மொழியோ அன்றேல் வளர்த்தவர்கள் மொழியோ அன்று. சிறுவர் பங்களிப்பு என்பது ஓர் உன்னதமான அடிப்படை உரிமைகளுள் ஒன்றாகிய பரந்துபட்ட விடயப்பரப்பு, வெறும் எண்ணிக்கைகளினாலோ, வெறுங்கதைகளினாலோ சிருஷ்டிக்கப்படாது. (children involvement is not about numbers or voice or just talk, beyond)

### குடும்ப நல்லறவிற்கான வழிகள் பத்து

1. அன்பு மொழி பேசி, இதயபூர்வமான தொடர்பாடலில் இணைந்து, இனிதே குடும்ப உறவை வளப்படுத்துங்கள்.
2. அன்புணர்வு, ஆதரவு வழங்கல், இதயத்தில் இடம்கொடுத்தல், ஈகை, உற்சாகம், ஊக்கம் போன்ற நற்பண்புகளால் உங்களது இல்லத்தை அலங்கரிப்புகள்.
3. இல்லறம் என்பது நல்லறமே என்பது துலங்கும்படியாக பொல்லாத பழக்க வழக்கங்களை மாற்றி முகையுங்கள்.
4. இயற்கையோடு இணைந்து, உங்களது வாழ்க்கைத் துணைவரைச் சமமாக ஏற்றுக் கொண்டு, உறவுப்பரிமாற்றத்தைப் புனிதப்படுத்துங்கள்.
5. உலக ஈர்ப்புகளுக்கு இரயாகாமல் இறைவனோடு இணைந்து வாழ்வதில் ஆர்வம் காட்டுங்கள்.
6. உள்ளொன்று வைத்துப் புறம் இன்னொன்று பேசுவதை முற்றமுதலாகத் தவிருங்கள்..
7. எல்லாச் சந்தர்ப்பங்களிலும் துணைவர் சார்பான புரிந்துணர்வு, மதிப்பு வழங்கல் போன்றவற்றில் நாளுக்கு நாள் வளர்ந்து, மகிழ்ந்து வாழுங்கள்.
8. எல்லோரும் நலமுற்று வாழ, உங்களது இல்லத்தில் கனிவு, கரிசனை, கருணை போன்ற விழுமியங்களை விழுதுகளாகக் கொண்டு இயங்குங்கள்.
9. ஏன் என்று கேளாமல் எப்பொழுதும் நன்மையே செய்யுங்கள்.
10. ஏற்பதும் மாற்றத்தைத் தோற்றுவிப்பதும் உங்களது இலக்காக அமைய மனஉறுதியோடு வாழ்க்கைப் பயணத்தைத் தொடருங்கள்.

சக்திமான்

## மகிழ்ச்சியைத் தேடும் குடும்பங்கள்

திருமதி. பி. எவ். சின்னத்துரை  
ஓய்வநிலை அதிபர்

“திருமணங்கள் சொர்க்கத்தில் நிச்சயிக்கப்படுகின்றன” எனப் பெரியோர் கூறுவர். சொர்க்கத்தில் நிச்சயிக்கப்படுகின்ற திருமணங்கள் உண்மையில் மகிழ்ச்சியைப் பெறுவது கணவன் மனைவியின் கரங்களிலேயேயுள்ளது. பெற்றோர், பெரியோரால் நிச்சயிக்கப்பட்ட திருமணபந்தத்தில் இணைவோரும் சரி தாமாகவே விரும்பி இணைபவர்களும் சரி மகிழ்வுடன் தம் வாழ்க்கையை வாழ்ந்து முடிக்கின்றார்களா என்பது இன்று கேள்விக்குறியாகவே உள்ளது.

வாழ்வின் தொடக்கத்திலேயே விவாகரத்து பெறுபவர்களும், விவாகரத்தை எதிர்நோக்கிக் காத்திருப்பவர்களும், தம் வாழ்க்கையை வாழ்ந்து முடிக்க வேண்டும் என்ற சலிப்புடன் வாழ்பவர்களையுமே பெருமளவில் காணக் கூடியதாக உள்ளது. கூட்டுக்குடும்பமாயினும், தனிக்குடும்பமாயினும் இரு குடும்ப அமைப்புகளிலும் நன்மை தீமைகள், சவால்கள், பிரச்சினைகள் உண்டு. ஆனால் அவற்றை எதிர்கொண்டு வாழமுடியாமையினால் மன முறிவுகளும் மன முறிவுகளும் ஏற்படுகின்றன நல்லதொரு குடும்பம் பல்கலைக்கழகமாக அமைய சில குணநலப் பண்புகள், நடைமுறைகள் கடைப்பிடிக்கப்படுவது அவசியமாகின்றது.

### புரிந்துணர்வும் விட்டுக்கொடுக்கும் மனப்பாங்கும்

சமூகமான குடும்ப வாழ்விற்கு ஒருவரை, ஒருவர் நன்கு புரிந்துகொள்வது மிகமிக அவசியம். ஒருவர் மற்றவரது குறைநிறைகள், விருப்பு வெறுப்புக்களை நன்கு புரிந்துகொள்ள வேண்டும். பிறரின் முன் ஊதிப்புக்கொடுத்து நடத்தல், விட்டுக்கொடுத்து வாழ்தல் என்பன குடும்பத்தில் மகிழ்ச்சியை ஏற்படுத்தும் ஊட்டச்சத்துகளாகும். மாறாக தான் என்ற மேலாதிக்கம், போட்டி மனப்பான்மை, தத்தம் குடும்ப உறவுகளுக்கு முன்னுரிமை கொடுத்தல் என்பன குடும்பத்தில் நோயை ஏற்படுத்தும் கிருமிகளாக அமைகின்றன.



## போதும் என்ற மண்பாங்கு

பல குடும்பங்கள் தமது மகிழ்ச்சியைத் தொலைத்தமைக்கு பேராசை காரணமாக அமைகின்றது. எப்படியும் வாழலாம் என நினைப்பதைவிட இப்படித்தான் வாழவேண்டும் என்ற இலக்குடன் வாழ்வது மகிழ்வைத் தரக் கூடியது. வரவுக்கு மீறிய செலவும், திட்டமிடப்படாத செயற்பாடுகளும் குடும்பங்களில் பிரச்சினைகளைத் தோற்றுவிக்கின்றன.

## இன்பதுன்பங்கள், இலாபநட்டங்களைப் பகிர்குல்

வாழ்வில் இன்பமும் துன்பமும், வருவாயும் செலவும், சுகமும் நோயும் சூழலும் சக்கரங்கள் போல மாறி மாறி வருபவை. இரவும் பகலும் வருவது போல குடும்ப வாழ்வில் நாம் இவற்றை எதிர்கொள்ளவேண்டி உள்ளது. இன்பமான நிகழ்வுகளை மகிழ்வுடன் ஏற்கும் குடும்பங்கள் துன்பங்கள் மட்டும் நிரந்தரமானவை என எண்ணி குடும்ப வாழ்வின் நிம்மதியைத் தொலைத்து விடுகின்றன. துன்பங்களையும் பிரச்சினைகளையும் நாம் நிரந்தர வைப்பாகக் கொள்ளாது இவற்றை எதிர்கொள்ள வேண்டும். ஒருவர் மற்றவர் மீது குற்றம் சாட்டுவதைவிட இன்ப துன்பங்களை கணவன் மனைவி இருவரும் பகிர்ந்து கொள்ளவேண்டும். நாம் என்ற உணர்வு குடும்ப இறுக்கத்தின் ஆணிவேராகும். நான் என்ற உணர்வு குடும்பத்தின் மகிழ்வை அழிக்கும் விஷம் ஆகும்.

## பிரச்சினைகளைப் பேசித்தீர்த்தல்

சவால்கள் பிரச்சினைகள் இல்லாத குடும்பங்கள் இல்லை என்றே கூறலாம். இவற்றைத் துணிச்சலுடன் எதிர்கொள்ள வேண்டும். வாதம் பிரதிவாதங்கள், ஒருவர் ஒருவரை குறைகூறுவதைவிட கணவன் மனைவி இருவரும் தமக்குள்ளே பிரச்சினைகளைப் பேசித் தீர்த்துக்கொள்வது சிறப்பானதாகும். இதனால் குடும்பங்களில் மனக்கசப்பும், மனம் புண்படுதலும் தவிர்க்கப்படுகின்றன.

## நாவுடக்கமும் மெளனமும்

இன்று, பல குடும்பங்கள் பிரிந்து வாழ்வதற்குப் பெரும்பாலும் காரணியாக அமைவது அவர்களின் வார்த்தைப் பிரயோகங்களும். “யாகாவாராயினும் நாகாக்க” என்று திருவள்ளுவர் வலியுறுத்தியுள்ளார். சிறிய நெருப்புப் பொறி தான் பெரிய மாடமாளிகைகளை நொடியில் சாம்பலாக்கி விடுகின்றது என்கிறார் சுவாமி இராமகிருஷ்ணர். அதேபோல் புண்படப் பேசும் சிறுவார்த்தைகள் நல் வாழ்வையே சிதைத்துவிடுகின்றன.

## செவிசாய்த்ததும் பாராட்டலும்

அன்னை திரேசா “மற்றவர்களை எடைபோடுவதில் நேரத்தைச் செலவழிப்பதைவிட ஒருவரை ஒருவர் நேசியுங்கள் வாழும் காலம் குறுகியது” என அழகாக கூறியுள்ளார். தரப்பட்ட வாழ்க்கையில் ஒருவர் மற்றவரது கருத்துகளுக்குச் செவிமடுத்து ஒருவரை ஒருவர் பாராட்டி வாழும்போது குதூகலமான குடும்ப வாழ்வு அமைகின்றது.

வாழ்க்கை எவ்வளவு இருண்டதாக இருந்தாலும் அந்த வாழ்க்கைக்கு ஒரு அர்த்தம் இருக்கின்றது என்கிறார் பிராங்லின் எனும் உளவியலாளர். அவரின் கருத்துப்படி மனிதனுக்கு ஏற்படக் கூடிய மிகப்பெரிய சோகம், தான் மகிழ்வுடன் வாழ்வதற்கான அர்த்தத்தை இழப்பது தான் அதைத் தேடல்தான் அவன் வாழ்க்கையாக அமையவேண்டும். அன்பு என்னும் அத்திவாரத்தில் குடும்ப உறவு பலமாகக் கட்டப்படவேண்டும் அப்போது இருண்ட வாழ்வும் ஒளிமயமாகும்.

## மூத்தோரின் அறிவுரைகளும் ஆசீர்வாதங்களும்

வாழ்வில் அனுபவங்கள் மூலம் பட்டறிவு முதிர்ச்சி பெற்ற பெற்றோர், பெரியோரின் அறிவுரைகள், ஆசீர்வாதங்கள் மகிழ்வான குடும்பவாழ்விற்கு இட்டுச்செல்கின்றன. குடும்ப முகாமைத்துவம் கற்றுவருவது அல்ல எமது பெற்றோரின் முன்னுதாரணமான வாழ்வினாலும் அவர்தம் அறிவுரைகளினாலும், அவர்கள் கருத்துகளை மதிப்பதனாலும் பெறப்படுவதாகும். மேலும் அடக்கமும் அர்ப்பணிப்பும் குடும்பவாழ்வின் மகிழ்ச்சிக்குக் காலாக அமைகின்றன. மாறாக அடக்குமுறையும் ஆணவமும் மகிழ்ச்சியைச் சிதைத்து விடுகின்றன. நிறைவாகக் கூறிக் குடும்பத்தின் மகிழ்ச்சி என்பது கணவன் மனைவியின் கைகளில்தான் தங்கியுள்ளது. வாழ நினைத்தால் வாழலாம். வாழ வழிகள் பல உண்டு பூமியில் என்பதை உணர்ந்து குடும்பவாழ்வை மகிழ்ச்சியுடன் வாழலாம். மகிழ்ச்சியான குடும்பங்களால் சமூகமும் புத்துணர்வு பெறும் என்பதில் ஐயமில்லை.

“உடல் பசிக்கு உணவுண்டு  
உளக்குறை தீர்க்க “நான்” உண்டு

## குடும்பமே சமூகத்தின் ஒளி!

குடும்பம் ஓர் குலவிளக்கு  
அதன் பிரகாசமே சீரான சமூகமாகிறது.  
ஒளியினால் இருளகலும் திறனே  
திருமணபந்தந்தின் சிறப்பாகும்  
எண்ணையாகத் திரியாகின்றது. ஒளியாகிக்  
தன்னை உருக்கி தியாகம் செய்ய  
உடலுள ஆன்மீக நன்நெறிகள்  
விதைக்கின்ற விளைநிலமே குடும்பம்.  
இருமனம் இணைந்த திருமணம்  
மழலை செல்வத்தின் கனியாகும்.  
தன்நிலை மறந்து தற்கொடையாக  
ஒருவர் மற்றவர் நலன் பேணும்  
ஒருமித்த மனநிலையில் வாழ  
தியாகம், அர்ப்பணம், விட்டுக்கொடுப்புக்கள்,  
உள்ளன்பால் வெளிப்படும் தாம்பத்தியஉறவு,  
பாரம்பரிய பண்பாட்டு விழுமியங்கள் காக்க  
ஆரோக்கிய நன்நெறிக்கு சான்றாகும்.  
விளையும் பயிரைமுளையில் தெரியுமென்பார்.  
வார்த்தைகள் வாழ்வியலை வெளிப்படுத்தும்  
வாரிசாய் வாழ்ந்தவரே இருமனமாய்  
இணைந்து பெற்ற மழலை செல்வங்கள்.  
ஒருவர் மற்றவரில் கொண்டபாசம்  
இருமனம் இணைந்து பெற்றவாரிசின்  
மனப் பதிவுகளை விதைக்கும் பல்கலைக்கழகம்.  
குடும்ப உறுப்பினர்களே ஆசானாவர்  
எதை விதைப்பீர்களோ அதையே அறுவடைகாண்பீர்.  
எம் குடும்பத்தை மீட்டுப்பாருங்கள் முதலில்  
எவற்றை முன்னுதாரணமாக்குவீர் என்பதனை  
கணிப்பிட்டு, கூட்டு எண்ணமதில் திட்டமிடுங்கள்.

- கமலி



# “நான்”

அடுத்த இதழ்

## இளைஞர் நலம்

- \* இலக்கை நோக்கிய பயணம்
- \* இளைஞர்களும் எதிர்காலமும்
- \* இளையோருக்கான சவால்கள்
- \* சாதனை படைக்கும் பருவம்
- \* புதிய தலைமுறைகளின் தெரிவுகள்
- \* இளையோரும் சமுதாய உருவாக்கமும்

மூன்று மாதங்களுக்கு ஒரு இதழாக வருடத்திற்கு நான்கு தடவைகள் உங்களிடம் வந்து கொண்டிருக்கின்றேன்.

என்னுடைய தனிப்பிரதி - 50/=  
என்னுடைய ஆண்டு சந்தா  
உள்ளூரில் - 250/=  
வெளியூரில் - 6 Euro



“NAAN”

Psychological Magazine

“Vasanthaham”, Swamiyar Road,  
Colombuthurai, Jaffna, Sri Lanka.

Tel: 021 - 222 5359

E-mail:naanscholasticate@gmail.com

Registered No. QD/57/News/2017