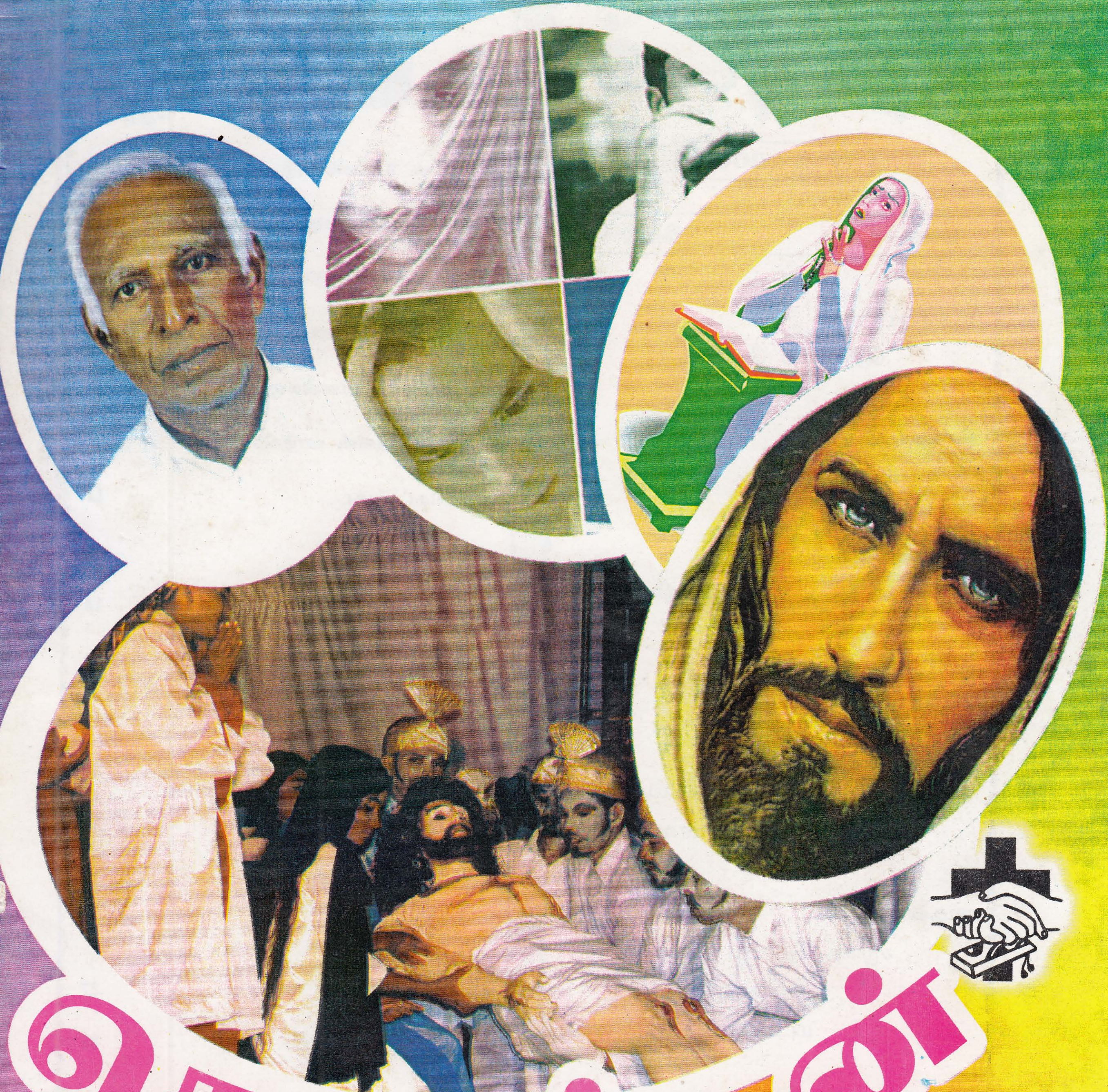


தொண்டன்

ஆரம்பம்: 1969-பெப்ரவரி

ஜூன் - 2007 சமய – சமூக – இலக்கிய வெளியீடு 20/=

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

தொண்டன்

ஜுன் - 2007

மலர்-39 இதழ்-04

ஆசிரியர்

றொஹான் பேனார்ட்

இணை ஆசிரியர்

மலர்வேந்தன்

துணை ஆசிரியர்கள்

மெற்றில்டா இராஜேந்திரம்

பெஸ்லீயோ வாஸ்

ஸ்ரான்லி பிரபாகரன்

வெளியீடு

சமூகத் தொடர்பு நிலையம்.

திரு / மட். மறை மாவட்டம்

முகவரி

சமூகத் தொடர்பு நிலையம்

அ.பெ.எண் - 44

மட்டக்களப்பு.

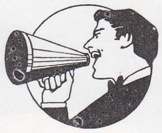
SOCIAL COMMUNICATIONS CENTRE

P.O. BOX - 44

BATTICALOA.

TEL: 065 - 2226486

உள்ளே



அன்புடன் உங்களோடு....	-	01
நிறைவு தருவது எது...	-	02
தொண்டனில் சில நிமிடங்கள்	-	04
தாழ்வு மனப்பான்மை...	-	06
பிற அருளடையாளங்களும்...	-	08
இறை இயேசுவின் வாழ்விலே.	-	10
கைக்கெட்டியது	-	11
மாணவர் பக்கம்	-	12
அரசியல்... அரசியல்...	-	13
மறை அறிவை வளர்ப்போம்	-	16
தென் பகுதி மக்களுக்கு...	-	18
மருத்துவம்... மருத்துவம்...	-	20
இலக்கிய மஞ்சரி	-	23
உடல் மொழி கற்போம்...	-	24
கடிகாரம் ஓடும்....	-	25
விவிலியம் கற்போம்	-	27
அறிவை வளர்ப்போம்	-	28

விலை : *20/=*

ஆண்டு சந்தா *: 350/=*

(தபாற்செலவு உட்பட)

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அன்புடன் உங்களோடு....

இன்று மனித மனங்கள்
இறுகிப் போய்
இறுமாப்பு நிறைந்ததாய்
இளகிக் கொடுப்பதற்கும்
இல்லாதவனோடு பகிர்வதற்கும்
இலாயக்கு அற்றதாய்
இருப்பதை நாம் பார்க்கக் கூடியதாக உள்ளது
இப்பேற்பட்ட சூழலிலே...
போராடித்தான் அனைத்தையும் பெறவேண்டிய கட்டாய நிலை மனிதனுக்கு ஏற்பட்டுள்ளது.

போர் மேகங்கள் இன்னும் அகலாத நம் இலங்கை மண்ணிலே போட்டா போட்டி போட்டுக் கொண்டு விலைவாசிகள் நாளுக்கு நாள் ஏறியவண்ணம் உள்ளது. ஆனால் "போராடுவோம் போராடுவோம்" என்று கோஷம் போடும் கட்சிகள் சாதாரன மனிதனது அன்றாட பிரச்சனைகளைக் கண்டு கொள்ளாமல் போர்க்கருவிகள் வாங்குவதற்கு மாத்திரம் ஒன்று சேருகின்றன.

போர்க்களத்தில் ஆயுத முனையில் வெற்றிகாண முடியாது என்பதை இருசாராரின் அண்மைய தாக்குதல்களில் இருந்தும் எம்மால் கண்டு கொள்ள முடிகிறது. இதை ஏனோ சம்பந்தப்பட்டவர்களால் உணர முடியவில்லை.

கிரிக்கட்டால் மாத்திரம் தான் இலங்கை உலகம் பூராகவும் பேசப்படுகிறதா, இல்லை கீர்த்தி கிடைத்துள்ளது கொலைகளுக்கும், கொள்ளைகளுக்கும், ஆட்கடத்தல்களுக்கும்தான்.

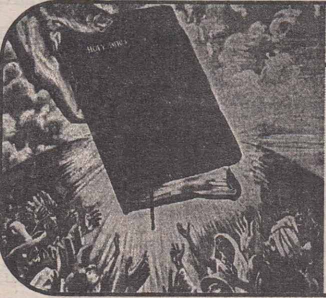
கிரீடத்துக்குரிய கூலிப்படைகளிடத்தில் ஆயுதங்களும், ஊக்கமருந்துகளும் சரமாரியாக உள்ளனவே.

கிள்ளியும் விட்டு தொட்டிலையும் ஆட்டி விடுகின்ற வல்லரசுகளின் விஜயங்களுக்கும் அறிக்கைகளுக்கும் இங்கே பஞ்சமில்லை.

யார் வந்தாலும் இலங்கைத் தமிழனுக்கு விமோசனமில்லாத நிலை தோன்றியுள்ளது. ஏனெனில் யார்யாரோ எல்லாம் தாங்கள்தான் தமிழனுக்கு இரட்சகர்கள் என்று சொல்லிக் கொண்டு இலாபகர வியாபாரம் நடத்துகிறார்கள். யாவரும் அறிந்த உண்மை ஒன்றுதான், அது தமிழனுக்கு எதிரி தமிழன்தான் என்பது.
இந்நிலையில்,
"யாகாவா ராயினும் நாகாக்க காவாக்கால்
சோகாப்பர் சொல்லுக்குப் பட்டு"

என்பதற்கொப்பவோ என்னவோ யாவும் அறிந்த புத்தி ஜீவிகள் மௌனம் காக்கின்றார்கள். நாம் அனைவரும் இறை அருளை வேண்டுவோம்: அனைவரையும் காக்கும் இறைவா இலங்கை நாட்டிற்கு அமைதியை அளித்திடு.

மறு மடலிலும் கலக்க
ஆசைகளுடன்
-ஆசிரியர்



இறைவாக்கு

விண்ணகத்திலிருந்து இறங்கிவந்த வாழ்வு தரும் உணவு நானே
இந்த உணவை எவராவது உண்டால் அவர் என்றுமே வாழ்வார்

(யோவான். 6:5)

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

நிறைவு தருவது எது?

இன்று உலகை ஆட்டிப் படைக்கும் நோய்களில் மிக முக்கியமானதாக விளங்குவது 'ஆன்மீக வெறுமை' (Spiritual Emptiness) அல்லது 'ஆன்மீக வெற்றிடம்' (Spiritual Vaccum) என்று சொல்லலாம். ஒரு பக்கம் பூசை, வழிபாடுகள், சடங்குகள் ஆகியவற்றின் எண்ணிக்கை பெருகிக் கொண்டே போனாலும், இன்னொருபுறம் மனிதனுக்கும் கடவுளுக்குமிடையேயான உறவு ஓர் எட்டாக்கனியாகவே இருந்து வருகிறது. இந்த ஆன்மீக வெறுமையால் வரக்கூடிய பக்க விளைவுகளே பதற்றம், கலக்கம், நிறைவற்றதன்மை, வாழ்வின் வெறுமை மற்றும் பொருளற்ற தன்மை முதலியன!

மேற்கூறிய பதற்றம், கலக்கம், வெறுமை முதலியவற்றைப் போக்க இந்த உலகம் சுட்டிக்காட்டும் வழிகள் துரதிர்ஷ்டவசமாகத் தவறான வழிகளாக இருக்கின்றன. பசியால் துடித்துக் கொண்டிருப்பவனுக்கு முன்னால் ஒரு தட்டு நிறைய பணத்தையும், நகையையும் வைத்து 'சாப்பிடு' என்று சொல்வது போல, ஆன்மீக வெற்றிடத்தால் அல்லல்படும் மனிதன் முன்பாக வசதியான வாழ்வு, ஆடம்பர வகை உணவுகள், பாலியல் நுகர்வுவெறி முதலியவற்றை முன் வைத்து இவற்றால் அவ்வெற்றிடத்தை நிறைவுசெய்ய முடியுமென்று சவால் விடுகிறது இவ்வுலகம். ஆனால் 'இவற்றால் நிறைவு பெறக் கூடியதுதானா நம் வாழ்வு?" இல்லை. பணத்தையும், வெறும் உழைப்பையும் வைத்துக் கொண்டு நிறைவைப் பெற்று விடலாம் என்று நினைப்பவர்களுக்கு எசாயா சாட்டையடி கொடுப்பது போல் பதிலைத் தருகிறார். 'உணவாக இல்லாத ஒன்றிற்காக நீங்கள் ஏன் பணத்தைச் செலவிடுகின்றீர்கள்? நிறைவு தராத ஒன்றிற்காய் ஏன் உங்கள் உழைப்பை வீணாக்குகிறீர்கள்?' என்று கேள்வி எழுப்புகிறார். அப்படியானால் பணத்தாலும், செல்வத்தாலும் தரமுடியாத நிறைவைப் பெறுவதற்கான வழி என்ன? இதற்கான பதிலை இறைவனே தருவதை எசாயா எடுத்துரைக்கின்றார். "தாகமாய் இருப்பவர்களே நீங்கள் அனைவரும் நீர் நிலைகளுக்கு வாருங்கள்" கையில் பணமில்லாதவர்களே, நீங்களும் வாருங்கள்; தானியத்தை வாங்கி உண்ணுங்கள். வாருங்கள் காசு பணமின்றி திராட்சை இரசமும், பாலும் வாங்குங்கள்... எனக்குச் செவிகொடுங்கள், என்னிடம் வாருங்கள்; கேளுங்கள், அப்பொழுது நீங்கள் வாழ்வடைவீர்கள்" என்கிறார். இங்கு 'தானியம்'

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

'திராட்சை', 'பால்' முதலியவை இறைமகன் தருகின்ற அளவற்ற வாழ்வுக்கும் மகிழ்ச்சிக்கும் அடையாளமாக இருக்கின்றன.

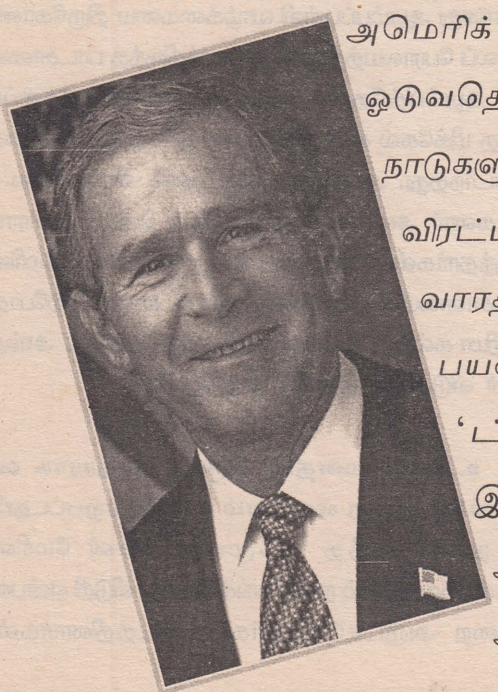
இவ்வுலகில் நம் வாழ்வின் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்து கொள்வதற்காக இறைவன் இரண்டு விதமான செல்வங்களைக் கொடுத் துள்ளார். ஒன்று உணவு, பணம், செல்வம் போன்ற கண்ணுக்குத் தெரியக்கூடிய செல்வங்கள். இவற்றை வைத்துக் கொண்டு நமது வாழ்வின் ஒரு சில தேவை களைப் பூர்த்தி செய்து கொள்ள லாம் என்பது உண்மை. ஆனால் எல்லாத் தேவைகளையும் பூர்த்தி செய்து கொள்ள முடியாது. மேன் மையான தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்ய இறைவன் கொடுத்திருக்கும் மற்றொரு செல்வம் தான் இயற்கை யில் புதைத்து வைத்திருக்கும் ஆற்றல்களும், சக்திகளும். இதை 'அமானுஷ்ய ஆற்றல்' அல்லது பிரபஞ்ச சக்தி என்றழைக்கிறோம். கிறிஸ்தவர்களாகிய நாம் இச் சக்திகளையெல்லாம் ஒழுங்கு படுத்தி ஆண்டுவரும் மேலான ஆற்றலையே கடவுள் என்று நம்பு கிறோம்; வழிபடுகிறோம்; 'ஆவியின் ஆற்றல்' என்றும் அழைக்கிறோம். இந்தக் கடவுளிடமிருந்து நாம் பெறும் ஆற்றல் மட்டுமே நம்முடைய எல்லாத் தேவைகளையும் நிறைவு செய்ய வல்லதாக இருக்கிறது.

இன்றைய சூழ்நிலையில் மக்கள் தங்களுடைய வாழ்வின் நிறைவுக்கும், வளமைக்கும் முதல்வகைச் செல்வங்களை மட்டும் நம்பியிருப்பது வேடிக்கை யானது மட்டுமல்ல வேதனையா னதும் கூட! இதையே 'பொருள் முதல்வாதம்' (Materialism) என்று சொல்கிறோம். அன்று சீடர்களிடம் இருந்த பிரச்சனையும் இதுதான். "இங்கு ஐந்து அப்பங்களும், இரண்டு மீன்களும் உள்ளன. ஆனால் இத்தனை பேருக்கு இவை எப்படிப் போதும்?" என்ற கேள்வி, சீடர்கள் கண்ணில் பட்ட தெல்லாம் இந்த முதல்வகை செல்வம் மட்டுமே என்பதைச் சுட்டிக் காட்டுகின்றது.

ஆனால் இறைமகன் இயேசுவோ இதையும் தாண்டி இருக்கின்ற ஆற்றலைக் கண் ணோக்குகின்றார். கண்ணுக்குத் தெரியாத கடவுளின் ஆற்றல் தனக்கு உதவத் தயாராக இருப்பதை உணர்கிறார். அப்பம் பலுகியதன் மூலம் இவ்வுண்மையை சீடர்க ளுக்கு வெளிப்படுத்துகிறார். இவ்வாறு நமது கண்களுக்குத் தெரியாமல் செயல்படும் அளப்பரிய ஆற்றலை எப்போது உணர ஆரம் பிக்கின்றோமோ, அப்போதுதான் நம்முடைய வாழ்வு வளம்பெற ஆரம்பிக்கும்.

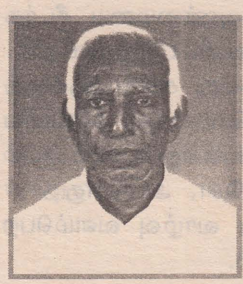
அருள் தந்தை.
டக்லஸ் ஜேம்ஸ்

~~~~~~



அமெரிக்க அதிபர் ஜார்ஜ் டபிள்யு புஷ்ஷுக்கு ஓடுவதென்றால் கொள்ளைப்பிரியம். (ஏனைய நாடுகளுக்குள் புகுந்து அந்நாட்டு மக்களை ஓட, ஓட விரட்டி அடிப்பதும் கூட இவருக்குப் பிரியந்தான்) வாரத்துக்கு ஐந்தாறு நாட்கள் ஓடுவார். அவர் பயணிக்கும் விமானமான ஏர்போர்ஸ் -1-ல் 'ட்ரெட்மில்' (நின்றபடியே ஓடக்கூடிய இயந்திரம்) வைத்துள்ளார். அமெரிக்க அதிபர்களில் எம்.பி.ஏ. படிப்பு முடித்த முதல் அதிபர் ஜார்ஜ் புஷ்தானாம்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org
~~~~~~



இம்முறை 'தொண்டனின் சில நிமிடங்கள்' பகுதிக்காக அன்புச்சகோதரர்கள்சபையைச் சேர்ந்த அருட் சகோதரர் சக்கரியாஸ் அருளப்பா அலோசியஸ் அவர்களைச் சந்தித்தோம். இவர் தனது துறவற வாழ்வின் ஐம்பதாவது ஆண்டினை இவ் வருடம் நிறைவு செய்கின்றார். அண்மையில் "தொண்டன்" அலுவலகத்திற்கு இவரின் ஐம்பதாண்டுகள் சேவைப் பூர்த்தியினைப் பாராட்டி வாழ்த்துக் கவிதையொன்று வந்திருந்தது; முன்னாள் அக்கரைப்பற்று வலயக்கல்விப்பணிப்பாளர் அருட் சகோதரர், S.A.I மத்தியூ, (F.C) அவர்கள் இக்கவிதையை வரைந்திருந்தார்கள். இதன் பின்னரே இது தொடர்பாக எமக்குத் தெரியவந்தது. எனவே இம்முறை அருட் சகோதரர். ச.அ. அலோசியஸ் (F.C) அவர்களைச் செவ்வி காணமுடிவு செய்தோம்.

இவரைப்பற்றி சிலரிடம் வினவியபோது மிகவும் சிறப்பான விமர்சனங்கள் கிடைத்தன. மிகவும் சுறுசுறுப்பானவர்; கொடுத்தவேலையையும் எடுத்த வேலையையும் மிகவும் சிறப்பாகச் செய்யவல்லவர்; பக்திமிக்கவர்; எப்பொழுதும் நடந்து சென்றே தன்காரியங்களை மேற்கொள்பவர்; பிரமாணிக்கம் மிக்கவர் என்றவாறான நற்சான்றுகளே அவரைப்பற்றி எமக்கு அளிக்கப்பட்டன.

ஒருநாள் மாலைவேளை, அருட்சகோதரரைச் சந்திப்பதற்காக 'சகோதரர் இல்லத்திற்குச்' சென்றோம், அவ்வேளையில் சில அருட்சகோதரர்கள் அதுவும் பல உயர் பொறுப்பில் இருப்பவர்கள்கூட மண்வெட்டி, குப்பைவாரிகளுடன் கடினமான வேலைகளைச் செய்து கொண்டிருந்தார்கள். பார்க்கும் போது ஆச்சரியமாகவும், ஆனந்தமாகவும் இருந்தது.

பின்னர் அருட்சகோதரர் அலோசியஸ் அவர்களைச் சந்தித்தோம். மிகவும் எளிமையான உடையுடனும் பஞ்சுப் பொதிபோன்ற தலைமுடியுடனும் அவர் காணப்பட்டார்.

அன்பின் அருட்சகோதரர் அவர்களே! உங்களது துறவறவாழ்வின் ஐம்பதாவது ஆண்டு நிறைவையொட்டி உங்களுக்கு எமது வாழ்த்துகளைத் தெரிவித்துக் கொள்கின்றோம். முதலில் உங்களைப் பற்றி எமது வாசகர்கட்கு எடுத்துச் சொல்லுங்களேன்.

நன்றி! நான் 1936ம் ஆண்டு மார்ச் மாதம் 26ம் திகதியன்று திருகோணமலை பெரியகடையில் பிறந்தேன். எனது தகப்பனார் சக்கரியாஸ் அவர்கள் கடற்படையின் மின்சாரப் பிரிவில் கடமையாற்றினார்.

உங்கள் பாடசாலை வாழ்க்கை பற்றி...

எனது ஆரம்பப்பள்ளி வாழ்க்கையை திருகோணமலைப் பேராலயத்தினுள் அமைந்திருந்த பாடசாலையில் ஆரம்பித்தேன். அதன்பின்னர் மட்டக்களப்பு புனித மிக்கேல் கல்லூரியில் எனது கல்வி வாழ்க்கை தொடர்ந்தது. அப்போது அருட்பணி. கிறவுதர் யே.ச அடிகளார் அவர்கள் கல்லூரியின் பொறுப்பாளராக இருந்தார்கள். தொடர்ந்து கல்முனை சென்.மேரிஸ் பாடசாலையில் படித்தேன். அப்பாடசாலை தற்போது 'பற்றிமா கல்லூரி' என அழைக்கப்படுகின்றது. அங்கு நான் விடுதியில் தங்கிப் படித்தேன்.

உங்கள் மனதில் அருட்சகோதரராக வர வேண்டும் என்ற எண்ணம் எப்படி ஏற்பட்டது?

நான் படித்த கல்முனை சென்.மேரிஸ் பாடசாலை மற்றும் நான் தங்கியிருந்த விடுதி என்பன வற்றை அருட்சகோதரர்களே நடத்தினார்கள்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அவர்களின் நடத்தைப் பாங்குகள், பக்தி முயற்சிகள் என்பன என்னை மிகவும் கவர்ந்தன. இதனால் நான் துறவற வாழ்வின்பால் ஈர்க்கப்பட்டேன்.

அப்படியானால் எப்போது துறவற நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ள ஆரம்பித்தீர்கள்?

1950, 1951களில் 'யூனியர்ஸ் மடம்' என்ற மடத்தில் இணைக்கப்பட்டேன். பின்னர் 'நவசன்னியாசம்' மேற்கொண்டேன். அக்காலகட்டத்தில் அருட்பணி. மேயர் யே.ச அடிகளார் எங்களுக்கு விரிவுரைகள், ஆன்மீகப் பயிற்சிகள் என்பவற்றை வழங்கினார்கள். 1957ம் ஆண்டு முதலாம் வார்த்தைப்பாட்டை மேற்கொண்டேன். இறுதி அர்ப்பணிப்பிற்கு முன் கல்முனை - பாண்டிருப்பில் மேலதிக இறை அனுபவங்களைப் பெற்றுக் கொண்டேன். 1961ம் ஆண்டு இறுதி அர்ப்பணிப்பை மேற்கொண்டேன்.

அதன் பின்னர் எங்கு, என்னவென்ன பணிகளில் ஈடுபட்டீர்கள்?

1962ம் ஆண்டில் திருகோணமலை புனித ஜோசப் கல்லூரியில் ஆசிரியராக இணைந்து கொண் டேன். பின்னர் மறைக்கல்வி தொடர்பான மேற் படிப்பிற்காக இந்தியாவின் திண்டிவனம் சென்றேன். திரும்பவும் திருகோணமலை புனித ஜோசப் கல்லூரியில் இணைந்து கொண்டேன். தொடர்ந்து புலமைப்பரிசில் பெற்று இந்தியா சென்று பொருளியல் துறையினைப் பிரதான பாடமாகக் கொண்டு பட்டம் பெற்றேன். பின்னர் இளவாலை புனித ஹென்ரீஸ் பாடசாலை, தலவாக்கலை புனித பற்றிக்ஸ் பாடசாலை என்பனவற்றில் கடமையாற்றினேன். 1976ம் ஆண்டு அரசாங்கத்தால் எனக்குப் பட்டதாரி ஆசிரிய நியமனம் வழங்கப்பட்டதையடுத்து மட்டக்களப்பு புனித மிக்கேல் கல்லூரியில் இணைந்து 1980 வரை அங்கு கற்பித்தேன். அடுத்து ஹற்றன் பொஸ்கோ கல்லூரிக்கு இடமாற்றம் செய்யப்பட்டேன். 1985ம் ஆண்டு சொறிக்கல்முனைப் பாடசாலைக்குச் சென்றேன். தொடர்ந்து யாழ்ப்பாணம் நாரந்தனை றோமன் கத்தோலிக்கப் பாடசாலைக்கு இடமாற்றம் செய்யப்பட்டேன். அங்கு ஆசிரியராக, பதில் அதிபராகப் பணியாற்றி 1996ல் மிகுந்த மனநிறைவோடு ஓய்வு பெற்றேன். அதற்குப் பின்னர் திருகோணமலை - மட்டக்களப்பு அருட்சகோதரர் இல்லங்களின் இயக்குனராகப் பணியாற்றினேன்.

உங்கள் துறவற வாழ்க்கையில் நீங்கள் பெற்ற அனுபவங்கள் பற்றிக் கூறமுடியுமா?

கசப்பான அனுபவங்களும் கிடைத்துள்ளன. எனக்கு சற்றுக் கோபம் வருவதும் உண்டு, என்றாலும் தடைகள், பிரச்சினைகளை இறைவனின் உதவியுடனும், மாதாவின் கிருபையுடனும் கடந்து வந்துள்ளேன். சபையின் ஒழுங்குகளும் என்னை மிகவும் பதப்படுத்தின. நாரந்தனையில் இருக்கும் போது படைநகர்வு காரணமாக நாம் இடம் பெயரவேண்டியும் ஏற்பட்டது. இறையுணர்வு, இறைபக்தி என்பன இருந்தால் எதனையும் தாங்கி வெற்றி பெறலாம்.

தற்போது தங்கள் பணிகள் என்ன?

புளியந்தீவுப் பங்கில் பங்கு உதவியாளனாக உள்ளேன். நற்கருணை வழங்குதல், வைத்திய சாலை விஜயம் என்பனவற்றுடன் மரியாயின் சேனையினரின் வழிநடத்துனராகவும் உள்ளேன்.

இச்செவ்வியில் கேட்கப்பட்ட சகல வினாக்களுக்கும் மிகவும் நிதானத்துடனும், பொறுமையுடனும், பதிலளித்த அருட்சகோதரர் சக்கரியாஸ் அருளப்பர் அலோசியஸ் அவர்கட்கு நாம் நன்றியும், வாழ்த்தும் கூறிவிடைபெற்றோம். சில தசாப்தங்கட்கு முன்பு 'எண்சோதி' நூல் ஒன்றை எழுதிய சகோதரி வயலற் சரோஜா அவர்கள் இவரின் தங்கை என்பதும் குறிப்பிடத்தக்கது. இவர் தற்போதும் மிக்கேல் கல்லூரியின் ஆரம்பப்பரிவில் ஆங்கிலம் கற்பிக்கின்றார்.

– ஆழியோன் –

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

தாழ்வு மனப்பான்மை

"தாழ்வு மனப்பான்மை" என்பது ஒருவர் தன்னைத்தான் இழிவாக எடைபோட்டு தன்னை மட்டமாக மதிக்கும் மனநிலை, தன்னைக் கையாலாகாத கடைய னென எடைபோடும் தாழ்நிலை எனலாம். தாழ்வுமனப்பான்மை உலகிலுள்ள அனைவருக்குமே வெவ்வேறு சமயங்களில், வெவ் வேறு அளவுகளில், வெவ்வேறு காரணங்களால் ஏற்படத்தான் செய்கின்றது. பொறாமை, பயம், வெட்கம், துணிவின்மை, எதையும் தாங்கும் பக்குவமின்மை, அத்துடன் அவமானங்களையும், கஷ்டங் களையும், ஏமாற்றங்களையும், அழகின்மையையும், வறுமையை யும் எண்ணி ஏங்கும் உள்ளங் களையும் தாழ்வு மனப்பான்மை அழுங்குப் பிடியாகப் பிடித்து, ஆட்டிப் படைக்கின்றது. அவமா னங்களையும், கஷ்டங்களையும், ஏமாற்றங்களையும், வாழ்வின் முன்னேற்றப் படிகளாக ஏற்று முனைப்புடன் முயற்சி செய்தால், தாழ்வு மனப்பான்மை என்னும் மனநோயை மழுங்கடித்து வெற்றி பெறலாம்.

ஒருவன் தாழ்வு மனப் பான்மையை ஒழித்துக்கட்டி சந் தோஷமாக வாழவேண்டுமானால், முதலில் தன்னுள் புதைந்திருக் கும் மாபெரும் சக்தியை இனங் காண வேண்டும். அதை வெளிக் கொணர்ந்து சாதனை படைத்துத் தனது நிலையை உயர்த்தினால், தாழ்வுமனப்பான்மை தானாக மறைந்துவிடும். பிறருடன் தன்னை ஒப்பிட்டு குறைத்து எடைபோடு வதால் தாழ்வு மனப்பான்மை தன்னுடன் கூடவே ஒட்டிக் கொண்டு வேதனை தரத் தொடங்கிவிடும். தாழ்வு மனப்பான்மை ஒருவனைக் கோழையாக்கி, சமூகத்தில் தாழ் நிலைக்குத் தள்ளிவிடும். எனவே, ஒவ்வொருவரும் தாழ்வுமனப் பான்மை தம்மைக் கட்டிப் போடா தபடி விழிப்புணர்வுடன் செயற்பட வேண்டும்.

தாழ்வு மனப்பான்மை யால் அவதிப்படுபவர்க்காக மற்ற வர்கள் போராட முடியாது; வழி காட்டலாம். ஆனால் தாழ்வு மனப் பான்மையால் வாடுபவர்தான் தனித்து நின்று தன்னம்பிக்கை யுடன் விடாமுயற்சி செய்து மீட்சி காணவேண்டும். தன்னைத் தானே ஏற்றுக் கொண்டு தன்னைத் தானே தட்டிக் கொடுத்து தன் னைத்தானே ஊக்குவிக்கவும் வேண்டும்.

தீவிரமான தாழ்வுமனப் பான்மையால் அவதிப்படுபவர்கள் எப்போதும் அனைத்தையும் பறி கொடுத்துவிட்டவர்களைப் போன்று காட்சி தருவார்கள். 'சிரிப்பு' என்ற வார்த்தையே இவர்களது அகராதி யில் இல்லை என்றுதான் கூற வேண்டும். இவர்கள் தைரியம் அற்றவர்களாக பதட்டத்துடன், கண்களை உற்றுப்பார்த்துப் பேச மாட்டார்கள், எதையும் இரசிக்க மாட்டார்கள், சுவைக்கவும் மாட் டார்கள், தாம் காணும் அனை வரும் தன்னைவிடத் திறமைசாலி களாகவே இவர்களுக்குத் தெரியும், மெதுவாகப் பயந்து பயந்து பேசு வார்கள், தைரியம் என்பது இவர் களிடம் முயற்கொம்புதான். தன்னை விட பிறர் உயர் நிலையை அடை யும் போது தாழ்வுமனப் பான்மை ஒருவனை வாட்ட ஆரம்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

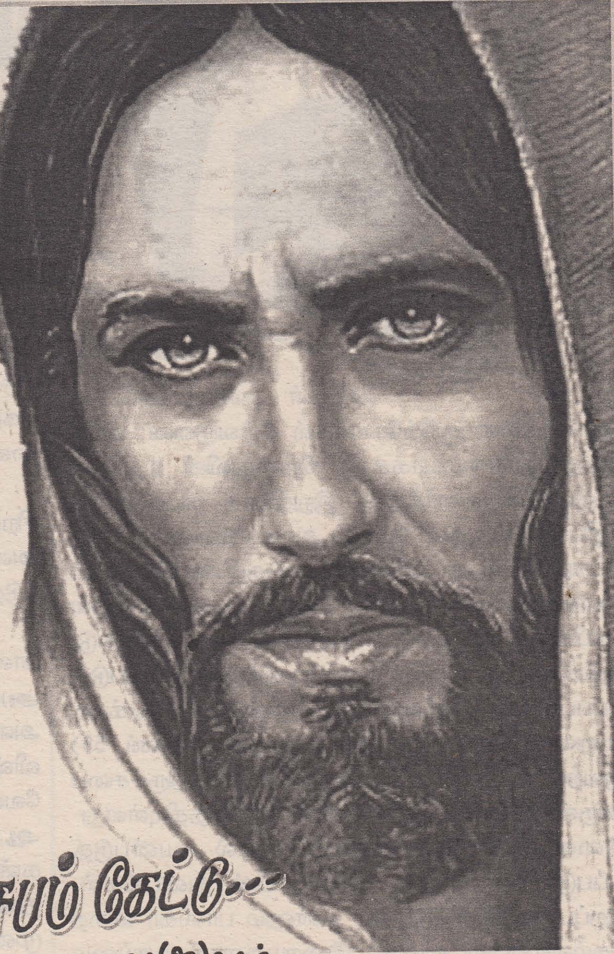
பிக்கின்றது. எனவே தாழ்வு மனப் பான்மையில் வாடுவோர் அதில் இருந்து மீளவேண்டுமானால் அறிவை வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். திறன்களைக் கூடிய அளவு விருத்தி செய்ய வேண்டும். விளையாட்டுக்களில் தினம் தினம் ஈடுபடல் வேண்டும். கசப்பான நிகழ்வுகளை மறந்து நம்பிக்கையு டன் விடாமுயற்சியுடன் செயற்படல் வேண்டும். எம்மை விடக் கீழ் நிலையில் உள்ளவர்களைப் பார்த்து நாம் உயர் நிலையில் உள்ளோ மென்று பெருமைப்படலாம். போதும் என்ற மன நிலையை வளர்த்துக் கொள்ளல், கலைகளை வளர்த்து அனுபவிக்கக் கற்றுக் கொள்ளல், இயற்கை அழகை இரசித்து மகிழல், சிறந்த ஓய்வைப் பெறலும் வேண்டும்.

அதிகமான நூல்களை வாசித்து அறிவுமட்டத்தை உயர்த்த வேண்டும், சோம்பலை அகற்றி சுறு சுறுப்பாக இயங்கவும் வேண்டும், பயம் என்ற அரக்கனை விரட்டி அடிக்க வேண்டும்.

இசையை நன்கு இரசித் தல், நல்ல பொழுது போக்குகளை வளர்த்தல், பேசும் திறமையை வளர்த்துக் கொள்ளல், சமூக சேவையிலும் ஈடுபடலாம். இவ்வாறு தாழ்வு மனப்பான்மை உள்ளோர், தம்மைத்தாம் நேர் செய்து கொண்டு வாழ்வில் சந்தோசமாகவும் மனவுறு தியாகவும் முன்னேற முயல வேண்டும். எதை இழந்தாலும் இறுதிவரை நம்பிக்கையை இழக் கக்கூடாது.

“பிறர் எம்மைப்பற்றி என்ன பேசுகிறார்கள் என்பதை விட நாம் எப்படி இருக்கிறோம்” என்பது தான் முக்கியம் என்பதை மறவாமல் முன்செல்வோமாக.

வயலற் சந்திர சேகரம். *B.Com.DipinEd*
No.3, நொத்தாரிஸ் ஒழுங்கை,
மட்டக்களப்பு.



போர்க்களத்தில் என் செபம் கேட்டு...

புதுமைகள் செய்பவரே புத்துயிர் தருபவரே
புன்னகை பூக்கச்செய்து புதுமைகள் படைப்பவரே
படைகொண்ட பகைவரை ஒடுக்கிநல் பயபக்தி
கொண்டநும் பிள்ளைகள் வெற்றிகொள்ளச் செய்பவரே

உம்மைப் பிரிந்தெதுவும் செய்யமுடி யாது
உம்மை வெறுத்தெதுவும் நிகழமுடி யாது
நம்பினேன் நம்பினேன் நம்பினேன் இதனையே
என்செப மாக்கினேன் என்வாழ் வாக்கினேன்

வல்லவர் நல்லவர் அற்புதம் செய்பவர்
நலன்களால் நிரப்பியே தீமைகள் அழிப்பவர்
படைத்தவர் ஆள்பவர் வழிநடத் துபவர்
உமையன்றி வேறொரு தெய்வமில்லை இறைவா

பாதாளம் நின்றெழுப்ப உம்மால்தான் முடியும்
கண்மணிபோல் காத்திட உம்மால்தான் கூடும்
இரக்கமன்பு மன்னிப்பு உம்மிடந்தா னுண்டு
களைத்துப் போனயென்னைக் காத்திடவே வேண்டும்.

- சா(ஜ)கான் -

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

பிற அருளடையாளங்களும் அருள் வேண்டல் குறிகளும்

இயல் III

அருள் அடையாளங்கள் கொண்டுள்ள குறிக்கோள்கள் கீழ்வருவன: மக்களைத் தூய்மையாக்கல்; கிறிஸ்துவின் உடலை உருவாக்கி வளர்த்தல், இறுதியாக கடவுளுக்கு வழிபாடு நல்குதல். மேலும் அடையாளங்கள் என்ற வகையில் அவை அறிவுரை வழங்கும் அலுவலையும் கொண்டுள்ளன. ஆகவே அருளடையாளங்களை நம்பிக்கை கொண்டோர் எளிதில் புரிந்து கொண்டு, கிறிஸ்தவ வாழ்வை வளர்ப்பதற்கென்று ஏற்படுத்தப்பட்டுள்ள இவற்றை மிக்க ஆவலுடன் அடிக்கடி பெறுவது மிகவும் பயனுள்ளதாகும்". (எண் 59) இவற்றைத் தவிர தூய அன்னையாம் திருச்சபை அருள்வேண்டல் குறிகளையும் ஏற்படுத்தியுள்ளது. இவை இரண்டும் திருவழிபாட்டில் பயன்படுத்தப்படுவதன் மூலம், கிறிஸ்துவின் துன்பங்கள், இறப்பு, உயிர்த்தெழுதல் என்னும் பாஸ்கா மறை நிகழ்விலிருந்து வழியும் இறையருளால் தூய்மை அடைகின்றன. இப் பாஸ்கா மறை நிகழ்விலிருந்தே அருளடையாளங்கள், அருள் வேண்டல் குறிகள் அனைத்தும் தம் ஆற்றலைப் பெறுகின்றன.

இவற்றை மக்கள் நன்கு புரிந்து கொள்ளும் வகையில், அருளடையாளங்களையும், அருள் வேண்டல் குறிகளையும் நிறைவேற்றுவதிலே அந்தந்த இடத்து மொழியைக் கையாளுவது பெரும்பாலும் மக்களுக்குப் பயன்தரக் கூடும். எனவேதான் திருச்சடங்கு நூல்களை திருத்தியமைக்கவும் திருச்சங்கமானது பரிந்துரைக்கின்றது.

இயல் IV

திருப்புகழ்மாலை:-

"கிறிஸ்தவ சமயத்தின் தொன்மையான மரபின்படி கடவுளின் புகழை இசைப்பதன் வாயிலாக இரவும் பகலுமாகிய நாள் முழுவதையும் தூய்மைப்படுத்த திருப்புகழ் மாலை உருவாக்கப்பட்டுள்ளது" (எண் 84). கிறிஸ்து தாமே தம் உடலாகிய திருச்சபையுடன் சேர்ந்து தந்தையாகிய இறைவனுக்கு அளிக்கும் வேண்டுதலாகவும், புகழ்ச்சியாகவும் அமைந்திருக்கின்றது. இதன் வழியாக நாள் முழுவதுமே தூய்மையாக்கப் படுகின்றது. எனவேதான் இங்கு சங்கமானது திருப்புகழ் மாலையைச் சீரமைப்பதற்கான விதிமுறைகளையும் அமைத்துத் தந்திருக்கின்றது.

திருப்புகழ்மாலையில் திருப்பாடல்கள் சிறப்பிடம் பெறுவதனால், அதனைப் பிரித்து அமைக்க வேண்டிய முறையும் இங்கு தெளிவு படுத்தப்பட்டுள்ளது.

திருப்புகழ்மாலையில் வாசகங்களின் அமைப்பானது பின்வருமாறு அமைந்திருத்தல் வேண்டும்:-

அ) கடவுளது வாக்கின் செல்வங்களை நிறைந்த அளவிலும், எளிதாகவும் அடைய இயலும் வகையில் விவிலிய வாசக அமைப்பை ஒழுங்குபடுத்த வேண்டும்.

ஆ) திருச்சபைத் தந்தையர்கள், திருச்சபை அறிஞர்கள், திருச்சபை எழுத்தாளர்கள் ஆகியோரின் நூல்களிலிருந்து எடுக்கப்படும் வாசகங்களைச் சிறந்த முறையில் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

இ) தூயவர்களின் துன்பங்களை அல்லது வாழ்வு பற்றிய குறிப்புகளை வரலாற்று உண்மையோடு இயைந்தனவாக அமைக்க வேண்டும்.

மேலும் இங்கு புகழ்ப்பாக்களைத் திருத்தி அமைத்தல், திருப்புகழ்மாலையை வேண்டுதல் செய்யும் நேரம், வேண்டுதல் செய்வதன் கடமை மற்றும் திருப் புகழ் மாலையில் பயன்படுத்தப்படும் மொழி பற்றியும் தெளிவுபடுத்தப்பட்டிருக்கின்றன.

இயல் V

திருவழிபாட்டு ஆண்டு:-

"கிறிஸ்து மனிதரான நிகழ்ச்சி, அவரது பிறப்பு ஆகியவற்றிலிருந்து தொடங்கி அவர் தம் விண்ணேற்றம், பெந்தகோஸ்து நாள், ஆண்டவரின் வருகைக் காய்க் காத்திருக்கும் தூய எதிர் நோக்கு ஆகியவை முடிய ஓர் ஆண்டுகால வட்டத்திற்குள் கிறிஸ்துவின் மறைநிகழ்வு முழுவதையும் படிப்படியாக வெளிப்படுத்துகின்றது திருச்சபை" (எண் 102). இந்த ஓர் ஆண்டுக் காலப்பகுதியில் இம் மறை நிகழ்ச்சிகளை வெளிப்படுத்தும் அதே வேளையில், திருச்சபையானது அன்னை மரியாளுக்கும் தனி அன்பு காட்டி வருகின்றது என்பதனையும் நாம் மறுத்துவிட முடியாது. அந்த வகையில் மறைசாட்சிகளுடையவும், மற்றத் தூயவர்களுடையவும் நினைவு நாள்களையும் திருச்சபை திருவழிபாட்டு ஆண்டுகால வட்டத்திற்குள் ஏற்றுள்ளது.

இதன் அடிப்படையில் கீழ்க் காண்பவற்றைத் திருச்சங்கம் தீர்மானிக்க முன்வருகின்றது.

ஞாயிறு ஆண்டவரின் நாள்; ஏனெனில், இந்நாளே திருவழிபாட்டு ஆண்டு முழுவதன் அடிப்படையாகவும், மையக் கருவாகவும் துலங்குகின்றது.

திருவழிபாட்டு ஆண்டைத் திருத்தி அமைத்தல் :-

தூய காலங்கள் குறித்து மரபுவழி வரும் பழக்க வழக்கங்களையும் ஒழுங்கு முறைகளையும் இன்றைய நிலமைகளுக்கு ஏற்பத் தக்கவைக்கவோ, சீர்ப்படுத்தவோ வேண்டும். இங்கு நம்பிக்கை கொண்டோரின் வாழ்வில் முதலிடம் வகிக்க வேண்டியவை ஆண்டவரின் திருவிழாக்களே.

தவக்காலம் :-

தவக்காலம் இரு பண்புகளைக் கொண்டுள்ளது. ஒன்று திருமுழுக்கை நினைவிற்குக் கொணர்தல் அல்லது இதற்கென ஆயத்தப்படுத்தல். இரண்டாவது ஒப்புரவாதல். இவ்விரு பண்புகளையும் திருவழிபாடு மற்றும் திருவழிபாட்டை மையமாகக் கொண்ட மறைக்கல்வி ஆகியவற்றில் மிகத் தெளிவாக எடுத்துக்காட்ட வேண்டும்.

தூயவர்களின் திருவிழாக்கள் :-

நிறைவாழ்வின் மறை பொருளை நினைவிற்குக் கொணரும் திருவிழாக்களை விட தூயவர்களின் திருவிழாக்கள் முதன்மை பெறாதிருக்கும் பொருட்டு அவற்றை திருவழிபாட்டாண்டில் உட்சேர்க்க வேண்டும்.

தொடரும்...

-அருள்தந்தை -
சுகுனேந்திரன் குரூஸ்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

நகரமெங்கும் வேட்டுச்சத்தங்கள். வீதியிலே மூட்டைமுடிச்சுக்களுடனும் வாடிய முகங்களுடனும் மக்கட் கூட்டம், எங்கு செல்லுவது என்று தெரியாமல் அல்லலுறும் அவலம். பால்வடியும் பிஞ்சுக் குழந்தைகளின் முகங்களிலே வேட்டுச் சத்தங்களின் பீதியினால் வழியும் கண்ணீர்த்துளிகள். வெறுப்பான வாழ்க்கையின் இறுதி விளிம்பிலே வாழவேண்டுமா என்று இடம்பெயர்ந்து வந்த எமக்கு, கூளாவடிப் பங்கு மக்களால் அரங்கேற்றப்பட்ட இறை இயேசுவின் பாடுகளின் காட்சி எமக்களித்த சுவையான, ஆறுதலான அனுபவத்தைப் பாராட்டாமல் இருக்க

இறை இயேசுவின் வாழ்விலே நாமும் செல்லுவோம்

- ஜெயரஞ்சி
இருதயபுரம்.

முடியாது. சிறுவர் முதல் பெரியவர்வரை அயராத முயற்சியுடன் உழைத்து இத்தகையதொரு காட்சியினை அரங்கேற்றினார்கள் என்பதில் பெருமையடைகிறோம். இயேசுவின் வாழ்க்கையானது வெறும் காட்சியாக எம் மனதிலே பதியவே இல்லை. மாறாக ஒவ்வொரு கலைஞர்களும், தத்தமக்குரிய பாத்திரங்களிலே மிகவும் அழகாகச் செயல்பட்டார்கள். அவர்கள் இறை இயேசுவின் வாழ்க்கையை வெளிப்படுத்தியவிதமானது உலகத்திற்கே அதிபதியாம் எம் இயேசு ஆண்டவர் வாழ்ந்த அமைதியான, அன்பு நிறைந்த தியாக வாழ்வு, எமக்காக அவர் பட்ட பாடுகள், அவர் சிந்திய இரத்தத்துளிகள், மகனின் துயரிலே தாயின் வேதனை, அவர் சுமந்த பாவச் சிலுவை, இவையெல்லாம் உண்மையாகவே எம் ஆண்டவர் இயேசுவைத்தான் எம் கண்முன்னே காட்டி நின்றன. பச்சை மரத்துக்கு இத்தனை பாடுகள் என்றால் நாம் படும் துன்பங்கள் பெரியனவா, என்னும் எண்ணமே எமக்கு ஆறுதலைத் தந்தன. எனவே துன்பமான வேளைகளெல்லாம் எம் இயேசுவிற்காகவே என்னும் ஒரு மனநிலையை பொருத்தமான சமயத்திலே எமக்குக் காட்சிகளின் மூலமாக உணர்த்திய கூளாவடிப்பங்கின் தந்தை அருட்பணி றொஹான் பேணாட் அடிகளாருடன் இணைந்த பங்கின் கலைஞர்களையும் பாராட்டுகிறோம்; வாழ்த்துகிறோம்.

அத்துடன் இப்பங்கிலே பல வருடங்கள் பணியாற்றி இப்பங்கிலிருந்து மாற்றலாகிச் செல்லும் அருட்பணியாளர் றொஹான் பேணாட் அடிகளாருக்கு நன்றிகள் பல நவில்கின்றோம். அவர் தலைமை தாங்கவிருக்கும் ஆன்மீகப் பணியானது மேலும் பொதுநிலையினரை இறைபணியிலே உள்வாங்கிச் செயற்படுத்துமளவிற்கு வலுவடைய வாழ்த்தி, அடிகளாரை அப்பணிக்கு வரவேற்பதுடன், இறை இயேசுவின் அன்பும் அருளும் அவருடன் இணையப் பிரார்த்திக்கின்றோம்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

கைக்கட்டியது.....!

காரியாலயத்திலிருந்து புறப்பட்ட அரசு வேகமாக மிதிவண்டியில் வந்துகொண்டிருந் தான். 'தேவிகா' நகை மாளிகையைத் தாண்டும் போது நிலத்தில் ஒரு 'பளிச்' கண்ணைப் பறித்தது. 'சட்' என்று நிறுத்தி இறங்கிப் பார்த்தான். ஆ!... தங்கக் காப்பு!... ஏறத்தாள இரண்டு பவுண் இருக்கும்... மனங் கொள்ளா மகிழ்ச்சி!... அதேவேளை யாருடையதோ! என்ன கஷ்டப்படுதுகளோ!... ஒரு கணந்தான், அந்த நினைவைத் தூக்கி எறிந்துவிட்டு காப்பை சேட் பையில் பத்திரப் படுத்திக் கொண்டான். மிதிவண்டி குதூகலத் துடன் சென்று கொண்டிருந்தது. மூன்று நாளைக்கு முன் மனைவி பத்மாவின் முறு முறுப்பு நினைவில் சுழன்றது.

'ஒத்தக் காப்போட எவ்வளவு காலமாத் திரியிறன், இன்னொரு காப்பு செய்து தாங்க... செய்து தாங்க எண்டு கேட்டுக் கேட்டு வாய் வலிச்சுப் பொயிற்று... பொஞ்சாதி எண்ட நினைப்பு இருந்தாத் தானே... நான் வேலைக்காரி மாதிரி விடிஞ்சா படுக்கையில விழமட்டும் எல்லார்ர வேலை யும் செய்து ஆக்கிப் போட்டு... கழுவித் துடைச்சுக் கொண்டு கிடக்க வேண்டிய துதான்... அவங்க அவங்க தங்கட வேலையைப் பார்த்துக் கொண்டு திரிவாங்க..."

மனைவியின் பொருமலை நினைவில் மீட்டிய அரசு,

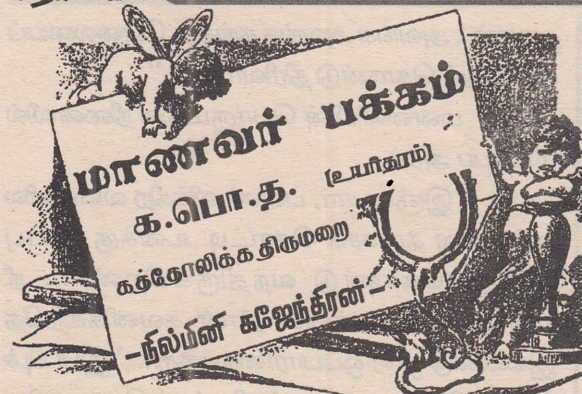
'இஞ்ச பார், பவுண் விக்கிற விலையில எவ்வளவு காசைக் கொட்டி உனக்கு காப்பு செய்து கொண்டு வந்திருக்கிறன்,.... நீ என்னன்டா உன்னை நான் கவனிக்கிறதே இல்லண்டு ஒரே ஒப்பாரிவைக்குறா...' இப்படிச் சொல்லி அவளை வாய் பிளக்கச் செய்துவிட வேண்டும் என்று நினைத்துக் கொண்டு....

மிதி வண்டி வீட்டுக்கு வந்து சேர்ந்தது. வீட்டுக்குள் சென்றவன் காப்பை எடுத்து மனைவியின் முன் நீட்டினான்...

"... ஐயோ... எங்கப்பா கிடந்தது! இந்த ஒரே ஒரு ஒத்தக் காப்பும் கடைக்குப் போன நேரம் எங்கயோ விழுந்து தொலைஞ்சிட்டுதே எண்டு இவ்வளவு நேரமா அழுது கொண்டி ருந்தனான். கடவுள் அத உங்கட கண்ணில் காட்டிப் போட்டார், அப்பாடா..."

\- மலர் -

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org



திருத்தூதர்பணி: ஆதித் திருச்சபையின் பண்புகளும் திருச்சபையிலுள்ள குறைபாடுகளும்

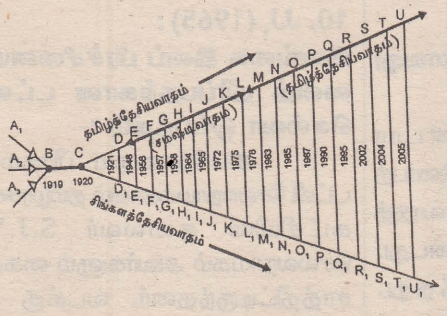
திருத்தூதர் பணியிலே ஆதித் திருச்சபையின் பண்புகள் அனைவரையும் ஈர்க்கக்கூடியதாய் இருந்தது. அப்.ப 2:42-47ல் இதனைக் காணக்கூடியதாய் உள்ளது. திருத்தூதர்கள் கற்பிப்பதிலும், நட்புடன் உறவாடுவதிலும், அப்பம் பிட்பதிலும், இறைவேண்டலிலும் உறுதியாய் நிலைத்திருந்தார்கள். மேலும், தங்கள் உடைமைகள் அனைத்தையும் பொதுவாய் வைத்திருந்தனர். அதிகமாய் நிலபுலன்கள், உடைமைகளை வைத்திருந்தோர் அனைவரும் அவற்றை விற்று அப்போஸ்தலர்களுடைய பாதத்தில் வைத்தனர். அவர்கள் அவற்றைச் சமனாக அனைவருக்கும் பகிர்ந்தளித்தனர். இம்மக்கள் அனைவரும் ஒரே உள்ளமும், ஒரே உயிருமாய் இருந்தனர். அவர்களுள் யாருமே வறுமைப்பட்ட நிலையில் இருக்கவில்லை. இங்கு உடைமைகளை விற்றுப் பகிர்ந்து கொண்டவர்களுள் பர்னபாவும் ஒருவராய்க் கருதப்படுகிறார்.

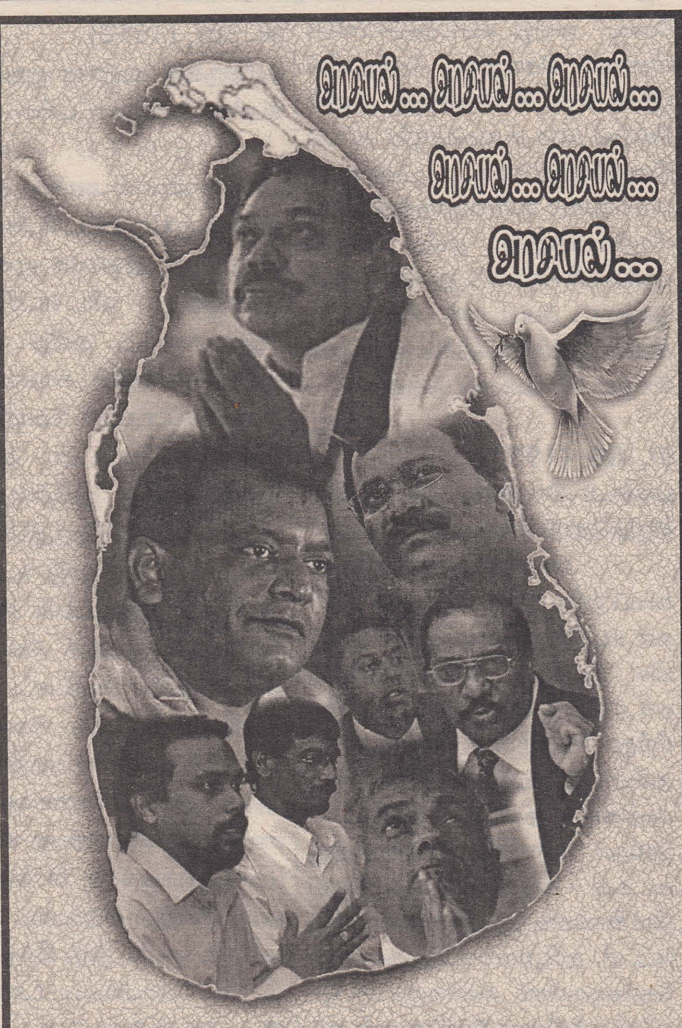
மேலும், இங்கு திருத்தூதர்கள் வழியாய் அனேக அற்புதங்களும் அதிசயங்களும் நிகழ்ந்தன. இதனால் திருத்தூதர்களுடன் அனேக ஆண்களும் பெண்களும் சேர்ந்து கொண்டனர். உடல் நலமற்றோர், தீய ஆவியால் பீடிக்கப்பட்டோர், இன்னலுற்றோர் அனைவரையும் கொண்டு வந்து பேதுருவின் நிழலாவது படும்படி வீதியோரங்களில் கிடத்தினார்கள். நம்பிக்கை கொண்ட அனைவருமே திருத்தூதர் மூலம் நலம் பெற்றனர்.

இவ்வாறு திருச்சபையானது பல வழிகளிலும் மேலும் மேலும் வளர்ச்சியடைந்து கொண்டு செல்கையில் திருச்சபையில் மக்கள் தொகை பெருகியதால் பொது வாழ்வில் பல பிரச்சினைகள் தோன்றலாயின. அவர்களுள் கிரேக்க மொழி பேசுவோர் தங்கள் விதவைகள், கைம்பெண்கள் பந்தியில் சரியாகக் கவனிக்கப்படவில்லை என எபிரேயமொழி பேசும் யூதர்களுக்கெதிராய் முறையிட்டனர். திருத்தூதர்கள் அறப்பணியில் முழுமையாக ஈடுபட்டிருந்ததால் நற்செய்திப்பணி பாதிக்கப்படும் என்று, இவற்றினைக் கவனிக்கத் திருத்தொண்டர்கள் எழுவரைத் தேர்ந்தெடுக்கத் தீர்மானித்தனர். இத்தகையோர் தேர்ந்தெடுக்கப்பட சில தகைமைகள் எதிர்பார்க்கப்பட்டன. அதாவது மக்கள் மத்தியில் நன்மதிப்புப் பெற்றோர், ஆவியானவரின் அருளும், வல்லமையும், ஞானமும் உடையோர் என்ற அடிப்படையில், எழுவர் மீது கைகள் வைத்து ஜெபித்து தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டனர். இத்தகையோர் பிலிப்பு, பிரக்கோர், நிக்கானோர், தீமோன், பர்னபா, ஸ்தேவான், நிக்கோலா என்போராவர்.

இத்தகைய திருத்தொண்டர்கள் அறப்பணி தவிர நற்செய்திப்பணியிலும் காலப் போக்கில் சேவையாற்றினர். இவர்களுள் முக்கியமானவர் ஸ்தேவான். இவர் அருளும், வல்லமையும் நிறைந்தவராய் மக்களிடையே பல புதுமைகளைச் செய்து ஞானத்தோடு போதித்தார். இதனால் யூதர்கள் காலப் போக்கில் இவர் மீது பொய்க் குற்றம் சுமத்தி தலைமைச் சங்கத்தின் முன் நிறுத்தினார்கள். அவர் நீண்டதொரு உரை ஆற்ற, ஆவேசம் கொண்டவர்களாய் அவரை நகருக்குவெளியே கொண்டு போய் கல்லால் எறிந்தனர். அவர் இயேசுவுக்காய்த் தன் உயிர் நீத்தார். இதனால் ஸ்தேவானின் கொலை பெரிய கலாபனையாக மாறியது. திருத்தூதர்கள் மறைமுகமாய் ஜெருசலேமில் வாழ, ஏனையோர் சிதறுண்டு எல்லா இடங்களுக்கும் சென்றனர். இதனால் ஜெருசலேமுக்கு வெளியேயும் நற்செய்தி கொண்டு செல்லப்பட்டது. இவற்றுள் பிலிப்பு, சமாரியாவிற்குச் சிதறுண்டு போனார். அங்கு சமாரியர்களுக்கு இயேசுவே மெசியா எனவும், இறையரசு பற்றியும் போதித்தார். இதனால் சமாரியாவிலும் நற்செய்தி பரவக்கூடியதாய் இருந்தது. சமாரியர்களும் விசுவசித்து இயேசுவை ஏற்றுக் கொண்டனர். பிலிப்புவிடம் அனேகர் திருமுழுக்குப் பெற்றனர். பிலிப்புவாலும் அனேக அற்புதங்கள் நிகழ்ந்தன. இதனால் மந்திரவாதி சீமோன் என்பவரும் பணம் கொடுத்து இவ்வல்லமையைப் பெற முயற்சித்துப் பிலிப்புவால் சபிக்கப்பட்டார். மேலும், எத்தியோப்பிய அண்ணகன் மனமாற்றம் பெற்றான். அவனும் அவன் வீட்டாரும் திருமுழுக்குப்பெற்று மீட்படைந்தனர். இவ்வாறு திருச்சபையானது திருத்தூதர்களின் பணிகள் மூலம் சிறப்புப் பெற்றதுடன் அனேக மக்கள் திருச்சபையில் சேரவும் வழிவகுத்தது.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org





பேரினவாதமும் பிளவுபட்ட தேசியவாதமும் (கி.பி. 1921 – கி.பி. 2005)

05. EE_1 (1948, 1949) :-

பிரஜாவுரிமைச் சட்டம், பாராளு மன்றத் தேர்தல் திருத்தச் சட்டம், இலங்கைவாழ் இந்திய வம்சாவழியினரின் குடியுரிமையும், வாக்குரிமையும் பறிக்கப் பட்டது. 1947 ஆம் ஆண்டுத் தேர்தலில் ஏழு பாராளுமன்ற ஆசனங்களை இந்திய வம்சாவழியினர் பெற்றிருந்தனர். இதனைப் பொறுக்காத ஐ.தே.கட்சி அரசாங்கம் இவ்விரு சட்டங்களையும் நிறைவேற்றியது. இதனால், 1952-பாராளுமன்றத் தேர்தலில் ஓர் ஆசனத் தையேனும் அந்தச் சமூகத்தால் பெற முடியவில்லை. கவிஞர் வைரமுத்துவின் வரிகளில் கூறுவதாயின், "பட்டு வேட்டி பற்றிக் கனவு கண்டார்கள், கட்டிய கோவ ணமும் களவாடப்பட்டது" என்பதாயிற்று, இலங்கையின் சுதந்திரத்தை அனுபவித்த பெரும்பான்மையின அரசியல்வாதிகள் சிறுபான்மையினத்தின் சுதந்திரத்தை அபகரிக்க முற்பட்டமைக்கு மேற்படி சட்டங்கள் ஆரம்பச் சான்றுகளாக அமைந் தன. சிங்களத் தலைமைகள் மீது நம்பிக் கையிழந்த எஸ்.ஜே.வி. செல்வ நாயகம் அவர்கள் 1949 இல் இலங்கைத் தமிழரசுக் கட்சியை (சமஷ்டி கட்சி) உருவாக்கினார். தமிழ் மக்களுக்காக சமஷ்டிக் கோரிக் கையை முன்வைத்தார். பேரின அரசியல் வாதிகளின் நிலைப்பாடுகள் மேலும் இனத் தேசியவாதங்களை விரிசலாக்கியது.

06. FF_1 (1956) தனிச்சிங்கள அரச கருமமொழிச்சட்டம்:-

ஐக்கிய தேசியக் கட்சியில் தலைமைத்துவப் போட்டி காரணமாக 1951 இல் வெளி யேறிய S.W.R.D. பண்டாரநாயக்க, அவ்வாண்டி லேயே ஸ்ரீலங்கா சுதந்திரக் கட்சியை (S.L.F.P) உருவாக் கினார். என்ன விலை கொடுத்தாவது ஆட்சியைப் பிடித்தல், ஐ.தே. கட்சியைத் தோற்கடித்தல் என்ற சிந்த னையோடு 1956 ஆம் ஆண்டுத் தேர்தலைச் சந்தித்தார். பேரினவாதத்தினை அரசியல் முதலீடு செய்தார். தனது கட்சி ஆட்சிக்கு வந்தால் "24 மணித் தியாலத்திற்குள் சிங்களத் தினை அரசகரும மொழியாக்கு

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

வேன்." என்று விசமத்தனமாகப் பிரசாரம் செய்தார். தேர்தலில் ஸ்ரீ.ல.சு.கட்சி வென்றது. தனிச் சிங்கள அரச கருமமொழிச் சட்டம் நிறைவேற்றப்பட்டது. அதாவது அரசாங்கம் பேரினவாதத்தினைப் பிரதிபலித்தது. தமிழ் மொழி புறக்கணிக்கப் பட்டது. தமிழர்கள் ஓரங்கட்டப்பட்டனர், பிளவுபட்ட சிங்கள, தமிழ்த் தேசிய வாதங்கள் மேலும் விசாலமடைந்தன.

07. GG_1 (1957)

பண்டா-செல்வா ஒப்பந்தம் கிழித்தெறியப்பட்டமை:-

அவசரமாக ஆட்சியைக் கைப்பற்றிய பண்டாரநாயக்க அவர்கள் கட்சித் தலைவர் என்ற நிலையில் இருந்து சற்று விடுபட்டு நாட்டுத் தலைவர் என்ற ரீதியில் சிறிது சிந்தித்தார். சிங்களவர்-தமிழர் இடைவெளிகள் நாட்டில் அதிகரிப்பததைக் கண்டார். பிரதேச சபைகளை அமைத்து வடக்கு - கிழக்குத் தமிழர் இனப் பிரச்சினைக்குத் தீர்வு காணமுற்பட்டார். தமிழரசுக்கட்சித் தலைவர் செல்வநாயகம் அவர்களுடன் ஓர் ஒப்பந்தத்தினை மேற்கொண்டார். அதுவே பண்டா - செல்வா ஒப்பந்தமாகும். பேரினவாதிகள் ஒப்பந்தத்தினை எதிர்த்தனர். ஐ.தே.க முக்கியஸ்தர்களில் ஒருவரான ஜே.ஆர்.ஜயவர்த்தனா ஒப்பந்தத்திற்கு எதிராக, அரசியல் இலாபம் கருதி கண்டிப் பாதயாத்திரை மேற்கொண்டார். நாட்டின் எதிர்காலத்தைவிட தனது கட்சியின் அரசியல் இலாபத்தினைக் கருத்தில் கொண்டு பண்டாரநாயக்கா ஒப்பந்தத்தினைக் கிழித்தெறிந்தார். தமிழர்களை ஏமாற்றினார். இனத் தேசியவாதங்கள் மேலும் விரிசல் அடைந்தன.

08. HH_1 (1958)

தமிழருக்கு எதிரான முதலாவது பேரின வெறியாட்டம்:-

S.W.R.D. பண்டாரநாயக்காவினால் அரசியல் இலாபத்திற்காக மூட்டப்பட்ட பேரினவாதத் தீ முதற்தடவையாக மூண்டது. கொழுந்து விட்டெரிந்தது. சிறுபான்மைத் தமிழ் மக்கள் தமிழர்கள் என்ற காரணத்தால் வதைக்கப்பட்டனர். சொத்துக்கள் சூறையாடப்பட்டன. குனிந்து கொண்டிருந்த தமிழினத்தைக் குட்டுவதுடன் நிறுத்திவிடாமல், கோடரிகள் கொண்டு உடலைப் பிளக்கவும் முற்பட்டனர். எதிர்ப்பார் இல்லாமல் தட்டிக் கொடுப்புகளுடன் பேரின வெறியாட்டம் நடந்தேறியது. இந்த வெறியாட்டத்தைத் தமிழினச் சுத்திகரிப்பின் ஆரம்ப அடையாளமாகவும் கொள்ளலாம். பேரினவாதத்தை விதைத்த பண்டாரநாயக்கா பேரினவாதிகளால் 1959இல் அறுவடை செய்யப்பட்டார். ஆம். இரு பிக்குகளால் சுட்டுக் கொல்லப்பட்டார். இன இடைவெளி மேலும் அகன்றது.

09. II_1 (1964)

ஸ்ரீமா - சாஸ்திரி ஒப்பந்தம்:-

இலங்கைப் பிரதமர் ஸ்ரீமாவோ பண்டாரநாயக்காவும், இந்தியப் பிரதமர் லால்பகதூர் சாஸ்திரியும் செய்துகொண்ட ஒப்பந்தத்தால் இலட்சக்கணக்கான இந்திய வம்சாவழியினர் இந்தியாவுக்கு அனுப்பப்பட்டனர். சிறுபான்மைத் தமிழினம் மேலும் பலவீனமாக்கப்பட்டது. இதுவும் தமிழர் பலத்தினைக் குறைக்கும் நடவடிக்கையாக அமைந்தது.

10. JJ_1 (1965):

இலங்கை இனப் பிரச்சினையினைத் தீர்ப்பதற்கான டட்லி செல்வா ஒப்பந்தம் :-

அப்போதைய பிரதமர் டட்லி சேனாநாயக்காவும் தமிழரசுக் கட்சியின் தலைவர் S.J.V செல்வநாயகம் அவர்களும் கைச்சாத்திட்டிருந்தனர். வடக்கு - கிழக்கில் மாவட்ட சபைகளை நிறுவி தமிழர் பிரச்சினையைத் தீர்ப்பது என இணக்கம் காணப்பட்டது. பண்டா - செல்வா ஒப்பந்தம் போலவே இதுவும் ஏமாற்றமாய் அமைந்தது. தமிழர்கள் மாறி மாறி வந்த பேரினவாத அரசாங்கங்களால் ஏமாற்றப்பட்டனர்.

11.KK_1 (1972)

முதலாம் குடியரசு அரசியல் யாப்பு :-

1970 ஆம் ஆண்டில் பாராளுமன்றத் தேர்தலில் விசேட பெரும்பான்மையுடன் வெற்றி பெற்ற ஸ்ரீமாவோ அம்மையாரின் ஐக்கிய முன்னணி அரசாங்கம் (SLFP. LSSP, CP) 1972.05.22இல் புதிய யாப்பினை வரைந்தது. அந்த யாப்பானது அரசகரும மொழியாக சிங்களத்தையும், அரச மதமாக பௌத்தத்தையும் பிரகடனப் படுத்தியது. இலங்கையை சிறி லங்கா என அழைத்ததோடு, இந் நாட்டினை ஒருசிங்கள பௌத்த நாடு என அரசியல் யாப்பு அடையாளப்படுத்தியது. இந்த யாப்பு வரையப்படுவதற்கு முன்பாக தமிழர் ஐக்கிய விடுதலை முன்னணி (TULF) அரசியல் யாப்பினை வரையும் சபைக்கு ஆறு அம்ச கோரிக்கையைத் தமிழர்கள் சார்பாக வழங்கியது. அக் கோரிக்கை ஸ்ரீமாவோ அரசாங்கத்தால் முழுமையாக நிராகரிக்கப்பட்டது. முனைப்படைந்த சிறிலங்காவின்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

சிங்களத் தேசிய வாதத்திற்கு எதிராக தமிழ்த்தலைவர்கள் ஈழத்தமிழ்த் தேசியவாதம்பற்றியும் சிந்திக்கத் தள்ளப்பட்டனர்.

12. LL_1 (1975)
தமிழீழக் கோரிக்கையும், தமிழ்த் தீவிரவாத எழுச்சியும் :-

தமிழ்த்தலைவர்களின் மிதவாதரீதியான 06 அம்சக் கோரிக்கை நிராகரிக்கப்பட்டதை அடுத்து, தமிழர்களின் அகிம்சை ரீதியான அரசியலும் தோல்வியுற்றது. சிங்கள அரசியல் தலைவர்கள் சிங்கள மக்களுடன் தமிழர்களைச் சேர்ந்து வாழ முடியாத அளவுக்கு புறந்தள்ளினர். இதனால், ஆத்திரமடைந்த த.ஐ.வி முன்னணியினர் (TULF) முதல் முறையாக நாட்டைப் பிளவு படுத்தும் தமிழீழக் கோரிக்கையை முன் வைத்தனர். அதே கோரிக்கையுடன் 1977 இல் தேர்தலில் குதித்தனர். வடக்குகிழக்கு மக்களின் அமோக ஆதரவினைப் பெற்றனர். அத்தேர்தல் முடிவு பிளவுபட்ட இனத்தேசிய வாதங்களை அப்பட்டமாகப் பிரதிபலித்தது. மேலும், கெஞ்சுகின்ற அரசியலை விடுத்து மிஞ்சுகின்ற அரசியலுக்காக தமிழ்த் தீவிரவாத இயக்கங்கள் தோற்றம் பெற்றன.

தொடரும்...

- சிறிநேசன் M.A -

உலகத் திருச்சபையின் துணுக்குச் செய்திகள்

✝ 2008ம் ஆண்டை இறைவார்த்தை ஆண்டாகச் சிறப்பிக்க தயாரிப்புப் பணிகளை முடுக்கி விடும்படி திருத்தந்தை கேட்டுள்ளார்.

✝ அன்னை திரேசாவின் பெற்றோரின் பிறந்த இடமான கொசோவோ நாட்டில் அன்னை தெரேசாவுக்கு ஆலயம் அமைக்க அரசு அனுமதி வழங்கியுள்ளது

✝ ஈராக்கின் முன்னாள் அதிபர், சதாம் உஷைன், மற்றும் அவரது உதவியாளர்களுக்கு வழங்கப்பட்ட தூக்குத் தண்டனைகள் மனித மாண்புக்கு முரணானதென வத்திக்கான் கண்டனம் தெரிவித்துள்ளது.

✝ துருக்கி கத்தோலிக்கத் திருச்சபைக்கு அங்கீகாரம் வழங்க துருக்கி அரசு முன்வர வேண்டுமென்று திருத்தந்தை வேண்டுகோள்விடுத்துள்ளார்.

✝ 2006ம் ஆண்டில் மட்டும் குருக்கள், துறவியர் மற்றும் பொது நிலையினர் உட்பட 24 பேர் கிறீஸ்துவை அறிவித்ததற்காகக் கொலை செய்யப்பட்டுள்ளனர் என்றும் இவர்கள் வீரவிசுவாசிகள் என்றும் திருத்தந்தை கூறியுள்ளார்

✝ மறைந்த திருத்தந்தை 2ம் அருள் சின்னப்பரை முத்திப் பேறு பெற்றவராகத் திருநிலைப்படுத்தும் முயற்சிகள் தீவிரமாக நடைபெறுகின்றன. இதற்காகப் பத்தாயிரம் பக்கங்கள் கொண்ட ஆதாரங்கள் அடங்கிய அறிக்கை ஒன்றை உரோமை மறைமாவட்டம் வத்திக்கானிடம் சமர்ப்பித்துள்ளது.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

திருவழிபாட்டாண்டு

ஆன்மீகச் செயல்களை முறைசார் விதமாகத் திட்டமிடத் திருச்சபை சட்டபூர்வமாகத் திருவழிபாட்டாண்டைத் தந்துள்ளது. அதிலிருந்து உயர்ந்த பலனைப் பெற நாம் அதனை முதலில் அறிந்து கொள்ளவேண்டும்.

"அன்னையாம் திருச்சபைக்குள் பாஸ்கா மறைபொருளைக் கொண்டாடுவதற்காகத் திருவழிபாட்டு உன்னத குருவாகிய கிறிஸ்து தமது பாஸ்கா மறைபொருளில் நம்மை முழுமையாகப் பங்காளிகளாக்கிக் கொள்கிறார்" (திருவழிபாடு தொடர்பான வெளியீடு இலக்கம் 7)

* திருவழிபாட்டாண்டு கிறிஸ்துவின் வாழ்வின் பிரதான நிகழ்ச்சிகளை வெளிப்படுத்தும் விதமாக ஒழுங்கு செய்யப்பட்டுள்ளது. பாஸ்கா மறைபொருளின் முக்கிய நிகழ்வுகளான அவரது மனித அவதாரம், பாடுகள், மரணம், உயிர்ப்பு ஆகியவற்றை நம் நினைவுக்குக் கொண்டு வருகிறது.

* திருவழிபாட்டுக் காலத்தை 5 பிரிவுகளாகப் பிரித்துள்ளனர்;

1. திருவருகைக்காலம்.
2. நத்தார்க் காலம்
3. தவக்காலம்
4. பாஸ்குக் காலம்
5. பொதுக் காலம்

1. திருவருகைக்காலம் :-

திருவழிபாட்டாண்டு திருவருகைக் காலத்துடன் ஆரம்பமாகிறது. கிறிஸ்துவின் வருகைக்காக மக்கள் தம்மை ஆயத்தப்படுத்தியதை நினைவு கூரும் காலமிது. கிறிஸ்து பிறப்புக்கு முன்னுள்ள 4 வாரங்களும் இக்காலத்திற்குள் அடங்கும். கார்த்திகை மாத இறுதி ஞாயிறு அன்றோ அல்லது மார்கழி மாதத்தின் முதலாம் ஞாயிறன்றோ தொடங்குகிறது. நத்தார் திருநாளுக்கு முன்தினம் இது முடிவடையும். இந்த 4வாரங்களில், 4000 வருடங்களாக, யூதர்கள் மீட்பரை எதிர்பார்த்துக் கொண்டிருந்ததை நாம் நினைவில் கொள்கிறோம்.

2. நத்தார்க் காலம் :-

மார்கழி மாதம் 25ந்திகதி முதல் கிறிஸ்துவின் திருமுழுக்கு வரை இது கணிக்கப்படும். திருமுழுக்குத் திருநாள் திருக்காட்சித் திருநாளுக்கு அடுத்த ஞாயிறன்று வரும். பாவம் என்ற கொடிய இருளிலிருந்து மனிதனை அருள் நிலைக்குக் கொண்டு வந்து விடுதலையின் வாழ்வையளித்தது கிறிஸ்துவின் பிறப்பே. திருச்சபை, இதனைத் திருநாட்காலமாகக் கணிக்கிறது. கிறிஸ்துவின் பாதையிலே சென்று எமது வாழ்வை ஏழைகள், கைவிடப்பட்டோர், அநாதைகளுடன் பகிர்ந்துவாழப் பரிசுத்த திருச்சபை எம்மையழைக்கிறது.

3. தவக்காலம் :-

40 நாட்கள் நீடிக்கும் இக்காலத்தின் பல்வேறுபட்ட கருத்துக்களைத் தருகிறது திருச்சபை, மனம் வருந்தி, ஆன்ம நலத்துடன் வாழ்வை மாற்றியமைக்கும் காலமாக இது கணிக்கப்படுகிறது. பாஸ்கு மறைபொருளை ஞாபகப்படுத்துகிறது. இக்காலத்தில் நாம் நமது பாவங்களுக்காகத் துக்கப்பட்டுப் புதுப்பிறப்பையடையவும், ஆன்ம சுத்தம், தியாகம், புத்தெழுச்சி முதலியபண்புகளுடன் செயலாற்றவும் திருச்சபை எம்மைத்தூண்டுகிறது.

4. பாஸ்காக்காலம் :-

இக்காலம் பாஸ்கு ஞாயிறுடன் தொடங்கி 40 நாட்கள்வரை நீடிக்கும். இதன்பின் விண்ணேற்றப் பெருவிழாவும், அதன்பின் 10 நாட்களுக்குப் பின் தூய ஆவியாரின் பெருவிழாவும் கொண்டாடப்படும். இக்காலத்துக்குள் கிறிஸ்துநாதர் மரணத்தைத் தோற்கடித்து வெற்றி கொண்டமை ஞாபகப் படுத்தப்படுகிறது. நாமும் இறைவனோடு உயிர்பெற்றெழ, எமது திருமுழுக்கு வாழ்வினால் வரம்பெற்றுள்ளதை நினைவு கூருவோம்.

5. பொதுக்காலம் :-

34 வாரங்களையடக்கியுள்ளது. 2 சந்தர்ப்பங்களில் வரும்.

1. நத்தார் தொடக்கம் தவக்காலம் வரையான காலம்.
2. தூய ஆவியாரின் திருநாள் தொடக்கம் கிறிஸ்து அரசர் பெருவிழா வரையான காலம்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

இக்காலத்தில் புனிதர்களதும், தேவ அன்னையினதும் திருநாட்கள் நடைபெறும். இத் திருநாட்களின் போது விசுவாசிகளின் கிறிஸ்தவ வாழ்வு இறையுறவில் கட்டியெழுப்பப்படும்.

* பொதுவழிபாடும் இறைவார்த்தையும் :-

திருப்பலியில் உபயோகப்படும் இறைவார்த்தைகள் நற்செய்திவாசக நூலில், மூன்று வருடங்களுக்குப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளன.

1. முதலாம் வருட வாசகங்கள் - புனித மத்தேயு நற்செய்தியிலிருந்து
2. இரண்டாம் வருட வாசகங்கள் - புனித மாற்கு நற்செய்தியிலிருந்து
3. மூன்றாம் வருட வாசகங்கள் - புனித லூக்கா நற்செய்தியிலிருந்து

அமைக்கப்பட்டுள்ளன. புனித யோவான் நற்செய்தி 3வருடங்களிலும் இணைக்கப்பட்டுள்ளது.

* திருவழிபாட்டாண்டின் இதயம் ஞாயிறு தினமாகும்.

இறைமக்களனைவரும் ஒரே சபையாக இறைவனுக்கு நன்றிகூற நாம் இணைவது ஞாயிற்றுக் கிழமைகளிலேயாகும். இறைவனின் நாளாக, வாரத்தின் முதல்நாளாக ஞாயிறையே ஆதிக்கிறிஸ்தவர்கள் கருதினர். ஏனெனில்,

1. கிறிஸ்துவின் உயிர்ப்பு ஞாயிறு தினமன்றே நடைபெற்றது.
2. கிறிஸ்து தமது சீடருக்குக் காட்சியளித்தது ஞாயிறு தினமன்றேதான். எனவே, திருவழிபாட்டாண்டை நாமும் அனுசரித்து நன்மையடைவோம்.

கருணையும் துளிர்க்காதோ ??

நாட்டின் நடப்புகள் தனை நினைத்தோ
நாணியோ மறையுது வான் முகிலும்
காட்டினில் உறைந்திடும் விலங்கினமும் - மனிதன்
கடைநிலை கண்டே நகைக்கிறதோ!
வீட்டினில் முளைவிடும் முரண்பாடே
வெடித்திடும் பின்னர் கலவரமாய் - மனக்
கோட்டையில் நெளிந்திடும் குரோமதை
கொள்கையாற் கொன்றிட வேண்டுமன்றோ !

உயிரெல்லாம் உணர்வின்றி மடிந்திடவே
உலைக்கள மாயுளத்தை ஆக்கியதால்
பயிர்பச்சை கூடநச் சாகிப்போச்சு - இனி
பண்பா டென்பதற் கில்லையொரு பேச்சு !
துயிலின்றி அலையும் மனங்களிலே - நல்ல
துணையாகி நெறிகாட்ட யாருமில்லை
பயில்வதும் பணஞ் சேர்க்கும் ஆசையென்றால்
பாரினில் தர்மந்தான் செழிக்கு மாமோ !

சாந்தியைச் சிந்தையில் ஏந்தியவர் - வெறுஞ்
சருகாகி மூலையில் முடங்கிவிட
ஆந்தைகள் அரசாட்சி புரியும் கோலம் -அவனியில்
அதர்மத்தின் கால் கொண்டு பவனி செய்வார்
மாந்திடும் மதவெறி இனவெறியாய் - இந்த
மாநிலத் தில்பலன் ஏதுமுண்டோ? - அன்றைக்
காந்திம கான் தந்த நெறியினாலே துளிக்
காருண்யம் துளிர்க்காதோ காசினியில்?

-முறையூர். சந்திரசேகரன் சசிதரன்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

கொழும்பு மறைமாவட்டத்தில் களுத்துறையில் அமைந்துள்ள இடைநிலைக் குருமடத்தில் ஆன்மீக இயக்குனராகப் பணியாற்றும் அருட்தந்தை இக்னேசியஸ் வர்ணகுலசிங்கம் அவர்கள் கடந்த ஏப்ரல் மாத இறுதிவாரத்தில் மட்டக்களப்புக்கு வந்திருந்தார். பார்ப்பதற்கு எளியவராகவும் பழகுவதற்கு இனியவராகவும் விளங்கும் அருட்தந்தையவர்கள் காலி நகரைப் பிறப்பிடமாகக் கொண்டவர். இவரது பெற்றோர் கிழக்கு மாகாணத்தைச் சேர்ந்தவர்கள். தமது உறவினர்களைச் சந்திக்கின்ற எண்ணத்தோடு மட்டக்களப்புக்கு வந்திருந்தார். வத்திக்கான் திருப்பீடத்தூதுவர் பேரருள் திரு. மாறியோ செனாரி ஆண்டகையும் அச்சமயத்தில் வருகை தந்திருந்ததால் அவருடன் இணைந்து யுத்தத்தால் பாதிக்கப்பட்ட மக்கள் தங்கியிருந்த முகாம்களைப் பார்வையிடும் வாய்ப்பு அவருக்கும் கிடைத்தது!

நிறைந்த தமிழுணர்வும் மக்களின் பிரச்சினைகளில் கரிசனையும் கொண்ட அடிகளார் அவர்களைச் சந்தித்து உரையாடினோம்.

✎ **தாங்கள் மட்டக்களப்புப் பிரதேசத்துக்கு வரும்போது எத்தகைய மனநிலையோடு இருந்தீர்கள்.**

❖ நான் உறவினர்களைச் சந்திக்கின்ற எண்ணத்தோடுதான் மட்டக்களப்புக்கு வந்தேன். ஆனால், பத்திரிகைகள், மற்றும் ஊடகங்கள் வாயிலாக இங்கு நடைபெறும் யுத்தம் அது தொடர்பான செய்திகளைத் தெரிந்து கொண்டிருந்தேன். இங்கு வந்தபோது ஆயரின் வழிகாட்டலில் அகதி முகாம்களை, பாதிக்கப்பட்ட மக்களைச் சந்திக்கின்ற வாய்ப்புக் கிடைத்தது.

தென்பகுதி மக்களுக்கு தமிழர் பிரச்சினையின் உண்மை நிலை தெரியாது

-அருள்தந்தை. இக்னேசியஸ் வர்ணகுலசிங்கம்

(ஒரு நேர்முகம்)

✎ **இங்கு வந்து மக்களைப் பார்த்த பின்பு, பாதிக்கப்பட்டவர்களோடு பேசிய பின்பு உங்களுக்குத் தோன்றுவது என்ன?**

❖ யுத்தத்தாலும், சுனாமியாலும் பாதிக்கப்பட்டவர்களை நான் சந்தித்தேன். அவர்களுக்கு ஏற்பட்ட இழப்புகள், பாதிப்புகள் பெரியதுதான். ஆனாலும் தங்களுக்கு முகாம்களில் தேவையானதெல்லாமே கிடைக்கிறது, எகெட் போன்ற நிறுவனங்கள் தம்மை நல்ல முறையில் பராமரிப்பதாகக் கூறினார்கள். சில இடங்களில் போதுமான அளவு கிடைப்பதில்லை என்றும் கூறினார்கள்.

✎ **இங்கு எந்தெந்த முகாம்களுக்குச் சென்றீர்கள்? இவர்களுடைய தேவைகள், பிரச்சினைகள் என்று எவற்றை நீங்கள் இனம் காணுகிறீர்கள்.**

❖ எனக்கு எல்லா முகாம்களுக்கும் செல்ல வாய்ப்புக் கிடைக்கவில்லை. மகிளூர், திராய்மடு இன்னும் சில முகாம்களுக்கும் சென்றேன். பெரும்பாலும் எல்லோருமே தாங்கள் மீண்டும் தங்களது சொந்த இடங்களுக்குச் செல்லவேண்டுமென்றே விரும்புகிறார்கள். தாங்கள் தங்களுடைய இடத்தில் பாதுகாப்பாக, நிம்மதியாக வாழவேண்டும், அதற்கேற்ற சூழல் உருவாக்கப்பட வேண்டும் என்றே விரும்புகிறார்கள்.

✎ **சொந்த நாட்டில், சொந்த ஊரில் மக்கள் அகதிகளாக அல்லல் படுவதாயின் இதனுடைய தாற்பரியம், பின்புலன் என்னவென்று நினைக்கிறீர்கள்?**

❖ தமிழ் மக்கள், இன்று நேற்றல்ல, நீண்டகாலமாகவே அடக்கி ஒடுக்கப்பட்டு, தமது உரிமைகள் மறுக்கப்பட்டு, ஏமாற்றப்பட்டு வந்திருக்கிறார்கள். இலங்கையில் ஆட்சிக்கு வந்த அரசாங்கங்கள் எவையுமே இப்பிரச்சினையை நீதியான முறையில் தீர்த்துவைக்க முன்வரவில்லை. ஒருவர் ஏதாவது செய்ய முயன்றால் மற்றவர் அதைத் தடுப்பதும், மற்றவர் ஏதாவது செய்ய முயன்றால் அடுத்தவர் அதை மறுப்பதுமாக அரசியல் நடத்தப்பட்டு வந்ததே அன்றி தமிழ் மக்களும் சம உரிமையுள்ள

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

குடிமக்கள் என்று ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்டு அவர் களுக்குரிய வளங்கள் எதுவும் பகிரப்படவில்லை. இந்த நிலைமையே இன்றுள்ள எல்லாப்பிரச்சினை களுக்கும் துயரங்களுக்கும் காரணமாகும்.

✎ இந்த நிலைமைகள் குறித்து தென்பகுதி மக்களுடைய அபிப்பிராயங்கள் எப்படி உள்ளன?

❖ உண்மையில் தென்பகுதி மக்களுக்கு தமிழர் பிரச்சினையின் உண்மைநிலை, இலங்கைத் தமிழர்களின் கடந்தகால வரலாறு எதுவுமே தெரியாது. இதனை அங்கு அரசியல் அறிந்தவர் எவரும் சொல்வதுமில்லை. வடக்குக் கிழக்குப் பகுதிகளில் பிரச்சினை, தமிழர்கள் சண்டைபிடிக்கிறார்கள் என்று மட்டுமே அவர்கள் தெரிந்துவைத்திருக்கிறார்கள். இதனால் தமிழர் என்றாலே சந்தேகத்தோடு, ஒருவித வெறுப்போடுதான் பார்க்கிறார்கள். இந்த நிலைமை மாறவேண்டும். இதனைத் தமிழர்கள் தனித்துச் செய்ய முடியாது. சிங்கள மக்கள் மத்தியில் புத்தமதமும், புத்த பிக்குகளும் செல்வாக்குப் பெற்றவர்கள். தமிழர் பிரச்சினையை நன்கு புரிந்து கொண்ட, நியாய உணர்வுள்ள புத்தபிக்குகள் பலர் இருக்கிறார்கள். அவர்களுடன் இணைந்து தமிழர் பிரச்சினையின் உண்மை நிலைமைகளை சிங்கள மக்கள் மத்தியில் எடுத்துச் செல்ல வேண்டும். அதன் மூலமே ஒரு சமாதானமான தீர்வைப்பெற முடியும்.

✎ இந்தப் பிரச்சினைகளில், அதற்காண தீர்வு முயற்சிகளில் கத்தோலிக்க திருச்சபை எவ்வாறு செயற்பட முடியும் என்று நீங்கள் கருதுகிறீர்கள்.

❖ திருச்சபை சமாதானமான ஒரு தீர்வு வரவேண்டும் என்று விரும்புகிறது. அதற்காகப் பிரார்த்திக்கிறது! பாதிக்கப்பட்ட மக்களுக்குப் பல்வேறுவழியிலும் உதவி செய்துவருகிறது. பௌத்த சிங்களவர்க ளைப் பெரும்பான்மையாகக் கொண்ட இந்த நாட்டில் இதனத்தாண்டி உரத்துப் பேசவும் செயற்படவும் தயங்குவதுபோல் தெரிகிறது. அதற்கு வேண்டிய ஒற்றுமையும் இணக்கப்பாடும் கூட இல்லைதான்.

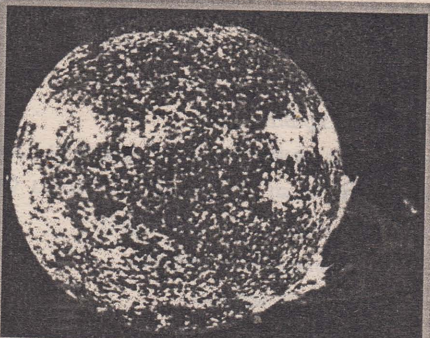
அருமையான நேரத்தை எங்களுக்காக ஒதுக்கி பயனுள்ள கருத்துக்களைப் பகிர்ந்து கொண்ட மைக்கு நன்றி - வணக்கம்.

– மலர் –

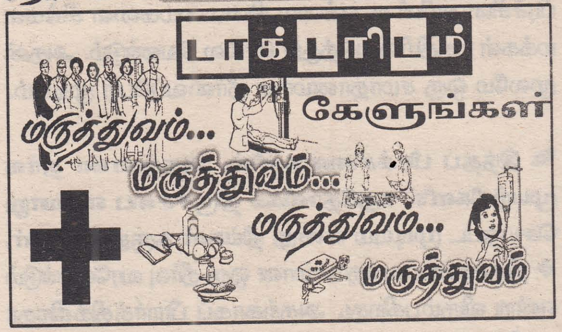
வெற்றியாளராக வழி...

- ☑ எல்லாவற்றிலும் உள்ள நல்லதையே பாருங்கள்.
- ☑ இப்பொழுதே எதையும் செய்துவிடுகிற பழக்கத்தைக் கொண்டிருங்கள்.
- ☑ நன்றி மனப்பான்மையை வளர்த்துக் கொள்ளுங்கள்.
- ☑ உண்மையான கல்வியைப் பெறுங்கள்.
- ☑ உங்களுக்கென்று ஓர் உயர்ந்த சுயமதிப்பினை வளர்த்துக் கொள்ளுங்கள்.
- ☑ தீய பாதிப்புகளிலிருந்து விலகி இருங்கள்.
- ☑ அவசியம் செய்ய வேண்டிய காரியங்களை விரும்பக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள்.
- ☑ நல்லெண்ணங்களுடன் உங்களது நாளைத் தொடங்குங்கள்.

பூமி சூரியனைச் சுற்றுவது நமக்குத் தெரியும் அதேபோல் விண்வெளியின் மையத்தை சூரியன் சுற்றும், வட்டப் பாதையில் இது நொடிக்கு 250 கிலோ மீற்றர் வேகத்தில் சுற்றும். ஒருமுறை மையத்தைச் சுற்றி முடிக்க சுமார் 250 மில்லியன் வருடங்கள்' வரை (25கோடி) ஆகும். இது ஒரு 'கொஸ்மிக்' வருடம்(Cosmicyear) எனப்படுகிறது.



Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org



உளநோய்கள் தொடர்பான அறிமுகம்
AN INTRODUCTION TO MENTAL ILLNESS

4. கற்பனை ரீதியான வெளிப்பாடுகள்
(IMAGING – PERCEPTUAL SYMPTOMS)

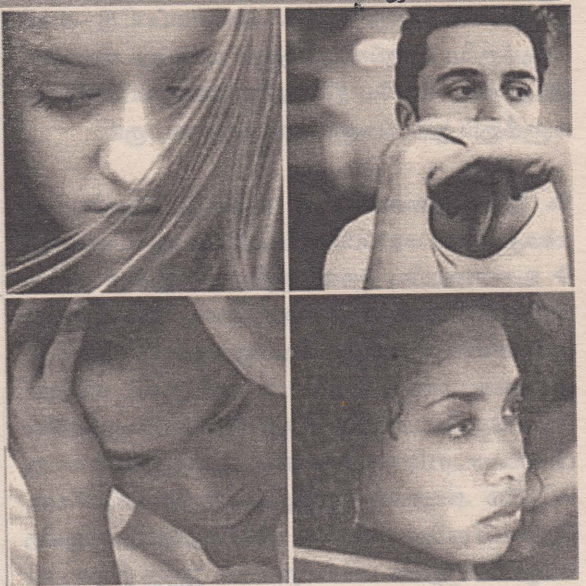
எமது புலன்களான கண், காது, மூக்கு, வாய், ஸ்பரிசம் போன்றவற்றில் விதிவிலக்கான மாற்றங்கள் காணப்படும். அதாவது இங்கு மாயப் புலனுணர்வுகள் (HALLUCINATIONS) பொதுவாகக் காணப்படும். இவற்றை சாமானியர்களால் ஏற்றுக் கொள்வது மிகக்கடினமாகக் காணப்படலாம்.

5. சிந்தனை ரீதியான வெளிப்பாடுகள்
(THINKING – COGNITIVE SYMPTOMS)

மாறுபாடான, நடக்கமுடியாத சிந்தனைகளால் ஒருவர் மிகவும் கஷ்டப்படலாம். தற்கொலை செய்துவிடுவதோ அல்லது தற்கொலை எண்ணங்கள், தன்னை யாரும் கொன்றுவிடுவார்கள் போன்ற எண்ணங்களோ ஒருவரின் மனதை ஊடுருவி அதனால் நிம்மதியிழந்து அந்தப்பயத்தால் தன்னுடன் உரையாட முற்படுவோரோடு விலத்தியிருக்க விரும்புவதோ அல்லது அவரை தாக்கமுற்படும் செய்கைகளையோ ஒருவர் மேற்கொள்ளலாம்.

உளநோய்களை 7 பிரதான பிரிவுகளாக வகைப் படுத்தலாம்.

I பொதுவான உளநோய்கள்
(உளச்சோர்வு, பதகளிப்பு)
II தீய பழக்கங்கள்
(மதுபாவனை, போதைவஸ்து பாவனை)
III தீவிர உள நோய்கள் (உளமாய நோய்கள்)
IV மூளைவிருத்தி குறைதல்
V முதுமையில் உளநலம்
VI சிறுவர் உளநலம்
VII பெண்களின் உளநலம்



பொதுவான உளநலக்கோளாறுகள்
(மனச் சோர்வு, பதகளிப்பு)
COMMAN MENTAL DISORDERS
(DEPRESSION AND ANXIETY)

நிகழ்வு 1 :-

தாரணி 20 வயதுடைய குடும்ப பெண்ணாவாள், திருமணமாகி இரண்டுவருடங்களின் பின்னர் தனது முதலாவது மகவைப் பெற்றிருந்தாள். பிள்ளைப் பேற்றுக்குப் பின் மிகவும் கவலையடைந்து, சோர்ந்து போயிருந்த தாரணியை குடும்ப சுகாதார மாது வீட்டுத் தரிசிப்பின் போது கண்டு கொண்டாள். பிள்ளைப் பேற்றிற்குப் பின் பொதுவாகத் தாய்மாரில் ஏற்படக்கூடிய உளநலக் குறைகளைக் கூறியதுடன் தாரணியும், கணவரும் ஒருவருக்கொருவர் நட்புடன் உதவி, ஒத்தாசையாக இருப்பதுடன் தமது பிரச்சனைகள் பற்றி நீண்ட நேரம் உரையாடுவதன் முக்கியத்துவத்தையும் எடுத்துக் கூறினார். இவ்வாறான செயல் முறைகளைச் செயற்படுத்தியதனால் அடுத்த இரண்டொரு தினங்களில் தாரணி நல்ல உற்சாகத்துடன் காணப்பட்டாள். இவ்வாறாக சில மாதங்கள் சந்தோசமாக நகர்ந்தன. பின்னர் படிப்படியாக தாரணி அதிக களைப்பு, நித்திரை, குழப்பம், அத்துடன் அதிகாலையில் துயிலெழுதல், மனதளவில் எதிர்மறையான எண்ணங்கள், குறிப்பாக தன்னைப்பற்றியும் பிள்ளையைப் பற்றியும், பிள்ளையில் வெறுப்பு, பிள்ளைக்கு உரிய நேரத்திற்கு பால்கொடுத்துப் பராமரிக்க முடியாமை,

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

வீட்டு வேலைகளில் ஆர்வமுடன் ஈடுபடாமை போன்றவற்றை அவதானித்த தாரணியின் கணவர் வெறுப்படைந்து அடிக்கடி தாரணியுடன் சண்டை பிடிக்கலானார். தாரணியின் வீட்டிற்கு அடிக்கடி சென்றுவரும் குடும்ப சுகாதார மாது தாரணியின் குடும்ப சூழ்நிலையை ஊகித்துக்கொண்டாள்.

தாரணியின் பிரச்சனைதான் என்ன?

தாரணி உளச்சோர்வால் (DEPRESSION) பாதிக்கபட்டுள்ளாள். மகப்பேற்றைத் தொடர்ந்து சில தாய்மார் இவ்வாறாகப் பாதிக்கப்படலாம். இது மகப்பேற்றிற்குப் பின்னான உளச்சோர்வு (POSTPARTUM DEPRESSION) எனப்படுகின்றது.

நிகழ்வு 2 :-

தங்கம்மா 58 வயதுடைய பெண்ணாவாள். கடந்த வருடம் திடீரென கணவர் இறந்துபோனார், அவளது பிள்ளைகள் யாவரும் வயதானவர்கள். எல்லோரும் படித்து, தொழில்வாய்ப்பென யாவரும் நகரம் நோக்கிச் சென்றுவிட்டார்கள். இதனால் தங்கம்மா கிராமத்தில் தனது பழைய வீட்டில் தனிமையில் இருக்க வேண்டியதாயிற்று. இவ்வாறான நிலையில் படிப்படியாகத் தங்கம்மாவில் பல உளநல மாற்றங்கள் ஏற்பட்டன. நித்திரையின்மை, பசியின்மை, ஆர்வமின்மை என்பன கணவரின் இழப்பை தொடர்ந்து ஏற்பட்டது. குறிப்பாக அவளது பிள்ளைகள் யாவரும் அவளை விட்டுச் சென்ற பின்னரே விரைவாக ஏற்பட்டது. அத்துடன் தலையிடி, உடலில் குத்து, உளைவு, வயிற்றுளைவு, சமிபாடின்மை இவற்றோடு ஏனைய உடலியல் ரீதியான முறைப்பாடுகளும் தங்கம்மாவால் கூறப்பட்டது. இவ்வறிகுறிகளுடன் தங்கம்மா பொது வைத்தியர் ஒருவரிடம் சிகிச்சைக்காக அழைத்துச் செல்லப்பட்டாள். அவளுக்கு நித்திரைக் குளிசைகளும், வலி நிவாரணிகளும் கொடுக்கப்பட்டன. தங்கம்மாவின் உடல் உபாதைகள் சிறிது குணமடைந்தன. இருந்தபோதும் கடந்த இரண்டு வாரங்களாக பல்வேறு குழப்பகரமான சூழ்நிலைக்கும் உட்பட வேண்டியேற்பட்டது. நித்திரைக் குழப்பம், மனவமைதியின்மை, தற்கொலை எண்ணங்கள் போன்றவற்றுடன் மீண்டும் சிகிச்சைக் களத்திற்கு சென்றாள். அங்கு அவளைப் பார்வையிட்ட உளநல மருத்துவர் அவளிற்குக் கூடுதலான தூக்கமாத்திரைகளோடு ஊசியும் போட்டார். உளநல மருத்துவ விடுதியிலும் அனுமதிக்கப்பட்டு நீண்டநாள் சிகிச்சைக்கு உட்படுத்தப்பட்டாள். அத்துடன் தூக்கமாத்திரையின்றி தங்கமாவிற்கு நித்திரையே வரவில்லை.

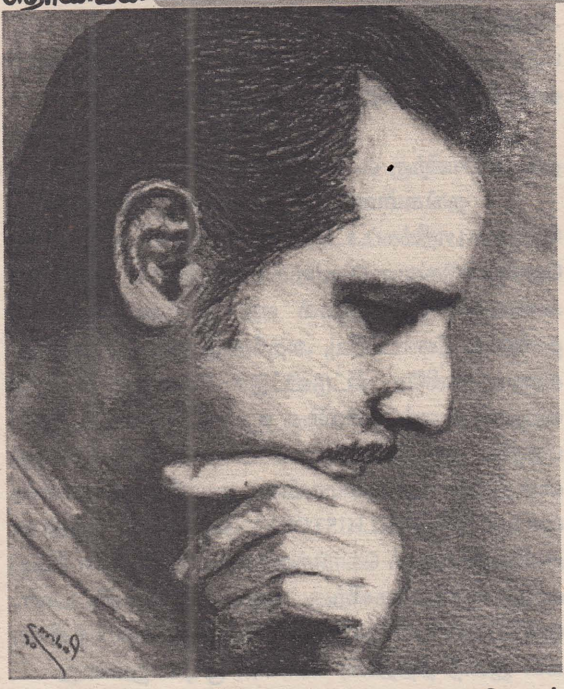
தங்கம்மாவிற்கு என்ன பிரச்சினை?

தங்கம்மா உளச்சோர்வு (Depression) நோயால் பாதிக்கப்பட்டு, கூடுதலான உடல் ரீதியான வெளிப்பாடுகளை வெளிக்காட்டியுள்ளாள். குறிப்பாக கணவரை இழந்ததால் ஏற்பட்ட மனக்கவலை, தனிமை, நீண்டபிரிவு, அத்தோடு கூடவே பிள்ளைகளும் தனியே விட்டுவிட்டுச் சென்றது போன்றவற்றால் உளச்சோர்விற்கு உட்பட்டுள்ளாள். ஆரம்பத்தில் தங்கம்மாவைப் பார்வையிட்ட பொது வைத்தியர் தங்கம்மாவின் முழுநோய்ச் சரிதையையும் (DETARLHISTORY) அறியாமல் நித்திரை குளிசைகளைக் கொடுத்ததனால் தங்கம்மா நித்திரைக் குளிசைகளிற்கு அடிமைப்பட்டுவிட்டாள். (DRUG REPENTANCE) அவளிற்கு தூக்கமாத்திரைகள் இன்றி நித்திரை கொள்ள முடியாதுள்ளது.

நிகழ்வு 3 :-

புவிக்கு வயது 30. அண்மையில் துரதிர்ஷ்டவசமாக பாரிய வீதி விபத்திற்கு உட்படவேண்டியேற்பட்டது. அவன் செலுத்திய மோட்டார் வண்டி பொதுப் போக்குவரத்து வண்டியுடன் மோதி விபத்திற்கு உட்பட்டது. இதில் புவியும் அவனது நண்பனும் பயணம் செய்தனர். விபத்தின் போது பின்னிருக்கையில் இருந்த நண்பன் முன்நோக்கி தூக்கி வீசப்பட்டு பொதுப் போக்குவரத்து வண்டியின் சில்லுகளிற்குள் நசுக்கப்பட்டு அவ்விடத்திலேயே துடி துடித்து அகாலமரணமடைந்தான். இச்சம்பவங்களைக் காயங்களுடன் அவதானித்த புவி, வைத்தியசாலையில் அனுமதிக்கப்பட்டான். இச்சம்பவத்திற்குப் பின் இரண்டொரு தினங்களின் பின்னர் புவி மிகுந்த கவலையுடனும், அதிர்ச்சியுடனும் காணப்பட்டான். வைத்தியசாலையில் இருந்து வீடு திரும்பிய புவி தனது அன்றாட அலுவல்களிற்காக வீதியில் இறங்க முன்னர் கடுமையான இதயவலிப்பு, படபடப்பு, அதீதவியர்வை என்பவற்றால் பாதிக்கப்பட்டான். ஏற்கனவே இதயநோயால் பாதிக்கப்பட்டிருந்த தனது தந்தைபோல் தனக்கும் ஏதேனும் இதயநோய்கள் ஏற்பட்டிருக்குமோ எனவும் பயப்பட்டான். இவற்றோடு மருத்துவ ஆலோசனைக்கும், பரிசோதனைக்கும் உட்படுத்தப்பட்டான். பரிசோத

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org



னைகளின் படி புவிக்கு எந்தவொரு இதயநோயும் கண்டறியப்படாததுடன் அவனது இதயம் ஆரோக்கியத்துடனும், பூரண நலத்துடனும் இருப்பது கண்டறியப்பட்டது. புவிக்கு இப்போது நித்திரைக் குழப்பதுடன் விபத்து ஏற்பட்ட காட்சிகள் கனவுகளாகவும் வரத்தொடங்கின. இதனால் அவனுக்கு நிம்மதி குலைந்து மிகுந்த மனவேதனைக்கும், உள்மனக் காயங்களிற்கும் உட்பட வேண்டியேற்பட்டது. படிப்படியாக நித்திரையின்மை, பசியின்மை, சந்தோஷமின்மை போன்றவற்றால் கஷ்டப்பட்ட புவி விரக்தி, வெறுப்பு, தற்கொலை எண்ணங்களுடன் உளநல வைத்தியரை அணுகவேண்டி யேற்பட்டது.

புவியின் பிரச்சனைதான் என்ன?

புவி, பதகளிப்பு (ANXITY) என்னும் நோய்க்கு உட்படவேண்டியேற்பட்டுள்ளது. நடந்து முடிந்த வீதிவிபத்து, அதில் தனது நண்பனை தனது கண்ணிற்கு முன்னே இழந்தது, அதனால் ஏற்பட்ட குற்றவுணர்வுகள் என்பன புவியின் உளநலத்தை பாதித்துள்ளது. இதனை நெருக்கீட்டிற்குப் பின்னான மனவடுநோய் எனலாம்.
{POST TRUMATIC STRESS DISORDER (PTSD)}

உளச்சோர்வின் பிரதான அறிகுறிகள்
(THE KEY FUTURES OF DEPRESSION)

உளச்சோர்வால் பாதிக்கப்பட்டுள்ள ஒருவர் கீழ்வரும் அறிகுறிகளில் ஒன்றையோ, பலவற்றையோ வெளிக்காட்டலாம்.

✱ உடல் ரீதியான வெளிப்பாடுகள் (PHYSICAL)
-களைப்பு, சோர்வு, சக்தியின்மை போன்ற அறிகுறிகள்
-உடல் பூராகவும் நோவு, குத்து உளைவு போன்றன.

✱ உணர்வு ரீதியான வெளிப்பாடுகள் (FEELING)
- கவலை, வாழ்க்கையில் பிடியின்மை, விரக்தி
- சமூக, குடும்ப செயற்பாடுகளில் ஆர்வமின்மை
-குற்றவுணர்வு, பின்வாங்குதல்.

✱ சிந்தனை ரீதியான வெளிப்பாடுகள் (THINKING)
- எதிர்காலம் குறித்து நம்பிக்கையின்மை
- முடிவெடுக்க முடியாமை
- மற்றவர்களைப் போல் தானும் இல்லையென்ற தாழ்வுமனப்பான்மை
- உயிரோடு இருப்பதை விட சாவது மேல் என்ற சிந்தனை
- தற்கொலை எண்ணங்களும், முயற்சிகளும்
- புலனூன்ற முடியாமை.

- தொடரும் -

Dr. ஜூடி ஜெயக்குமார்

வத்திக்கான் நகரம் 1929ம் ஆண்டு பெப்ரவரி 11ம் நாள் தோன்றிய நாடு. இத்தாலியின் பெனிடோ முசோலினியும் திருத்தந்தை 11ம் பயசும் இதற்கான ஒப்பந்தத்தில் கையெழுத்திட்டனர்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

இலக்கிய மஞ்சரி

ஆழியோன்

'மரணம் முற்றுப்புள்ளி அல்ல' என்ற சிறு சிறு கட்டுரைகளைக் கொண்ட நூல் ஒன்றை அண்மையில் வாசிக்கும் சந்தர்ப்பம் கிடைத்தது. எழுதியவர் கவிஞர் அப்துல்ரகுமான். அதிலொன்று 'முகவரிச்சீட்டு' என்னும் தலைப்பில் வந்துள்ளது. அதை அப்படியே தருகின்றோம்; சுவையுங்களேன்.

முகவரிச்சீட்டு

'பால் வீதி' என்ற என்கவிதைத்தொகுதியை
உருவாக்கி முடித்திருந்தேன்.
வாசகர்களுக்கு என்கவிதைகளை
அறிமுகம் செய்து வைப்பதற்கு
ஒருமுகவரிச்சீட்டு எழுத விரும்பினேன்.
என் ஆறாவது விரல் வழியே
சிலுவையிலிருந்து
வடிகிறது ரத்தம்
ஆம்.
என் 'மாம்சம்'
வார்த்தை ஆகிறது
என்று எழுதினேன்.
என்வாழ்க்கை, என் உணர்வுகள், என் எண்ணங்கள்..
இவைகள்தாம் நான்.
இவற்றை இந்த உலகத்திலிருந்துதான்
நான் பெற்றேன். பெற்றதை திருப்பித்தந்துவிட
விரும்புகின்றேன், ஏனென்றால் நான்
கடனாளியாக இருக்க விரும்பவில்லை.

என்னைச் சில்லறையாக மாற்றி,
என் கவிதைகளில் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகத்
தந்து கொண்டிருக்கின்றேன்.

பேனா எனக்கு பிறிதின்கிழமை அல்ல;
தற்கிழமை;
என் விரல்களில் ஒன்று;
ஆறாவது விரல்.
இந்தவிரலும் எனக்கு
மற்றவிரல்களைப் போலத்தான்.
எடுப்பதும் கொடுப்பதும்
அடிப்பதும் அணைப்பதும்
அழைப்பதும் மறுப்பதும்
சுட்டுவதும் அதட்டுவதும்
இந்தவிரலும் செய்கின்றது......
..... என்பேனாவிலிருந்து வரும் மை
வெறும் மை அல்ல;
என் ரத்தம்; என் ரசம்
இந்த மையில்
என்னைச் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகக்
கரைத்துத்
தெளித்துக் தெளித்துக்
கொண்டிருக்கின்றேன்.
ரத்தம் ஏன்வழிகின்றது?
வாழ்க்கை ஒரு சிலுவை;
அதில் நான் அறையப்பட்டிருக்கின்றேன்.
(ஒவ்வொரு வரும் தான்?
ஒவ்வோர் அனுபவமும் ஓர் ஆணிதான்)

ஆணிகளின், இறந்தகாயங்களின்
(உடலே காயம் தானே)
ரத்தம்தான்
என் ஆறாவது விரல் வழியாக வழிகின்றது.

என் 'மாம்சம்' - என் உடல்
கரைந்து கரைந்து
வார்த்தையாகிக் கொண்டிருக்கின்றது.

இயேசு சிலுவையில் அறையப்பட்ட பொழுது
"ஏலீ! ஏலீ, லாமா சபக்தானி" என் தேவனே!
என் தேவனே! ஏன் என்னைக் கைவிட்டீர்"
என்று சத்தமிட்டுக் கூப்பிட்டார்.

எனக்கோ என் மாம்சம் வார்த்தையாவது
ஒரு சுதந்திரம்; சுகானுபவம்; வீடுதிரும்பல்!
எனவே 'என் தேவனே! எனக்குக் கைகொடுத்தீர்!'
என்று என்கவிதைக்குத் தலைப்புக் கொடுத்தேன்.

கவிஞர் ஒருவர் என்னைக் கேட்டார்;
"இவ்வளவு அர்த்தமுள்ள கவிதையை
ஏன் இவ்வளவு சின்னதாகச் செய்தீர்கள்?"
நான் சொன்னேன்;
"இது விசிட்டிங்கார்ட்;
விசிட்டிங்காட் சின்னதாகத்தான் இருக்கும்"

****

இங்கு கவிஞர் தனது ஆறாவது விரல் என்று குறிப்பிடுவது 'பேனா'வைத்தான்
மீரா என்பவர் குறிப்பிடுகின்றார்
'கவிஞரின் ஆறாவது விரல்வழியே ரத்தமா வடிகின்றது..?
பென்சிலின் அல்லவா ஊற்றெடுக்கின்றது...

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

உடல் மொழி

அடுத்தவர் உங்களிடம் பேசும்போது எதை வெளிப்படுத்த விரும்புகிறார், எதை மறைக்க முயல்கிறார் என்பதை எப்படிக் கண்டறிவீர்கள்?

அவருடைய பேச்சில் எந்த அளவு உண்மை இருக்கும், எந்த அளவு பொய் இருக்கும் என்பதை எப்படிக் கண்டு கொள்வீர்கள்? அதற்குக் கொஞ்சம் உடல் மொழி தெரிந்திருக்க வேண்டும்.

உடல் மொழி என்பது என்ன? அங்க அசைவுகள் வெளிப்படுத்தும் செய்தியைப் புரிந்துகொள்வதுதான் அது. அடுத்தவர் பேசும் வார்த்தைகளுடன் அவரது உணர்ச்சி வெளிப்பாடுகளையும் தொடர்புபடுத்திப் பார்க்க வேண்டும்.

உடல் மொழியைக் கொண்டு நீங்கள் அடுத்தவரைப் புரிந்துகொள்ளவோ உங்கள் ஆளுமையையும் மேம்படுத்திக் கொள்ளவோ முடியும்.

உங்கள் நண்பர்களுடன் பழகுவதில், அலுவலக மேலதிகாரிகளின் அணுகுமுறையைப் புரிந்துகொள்வதில், நிறுவன வாடிக்கையாளர்களைச் சமாளிப்பதில், பொது இடங்களில் நடந்து கொள்வதில், உடல் மொழியை அறிந்து வைத்திருப்பது உங்களுக்கு மிகவும் உதவும்.

அந்தக் காலத்தில்...

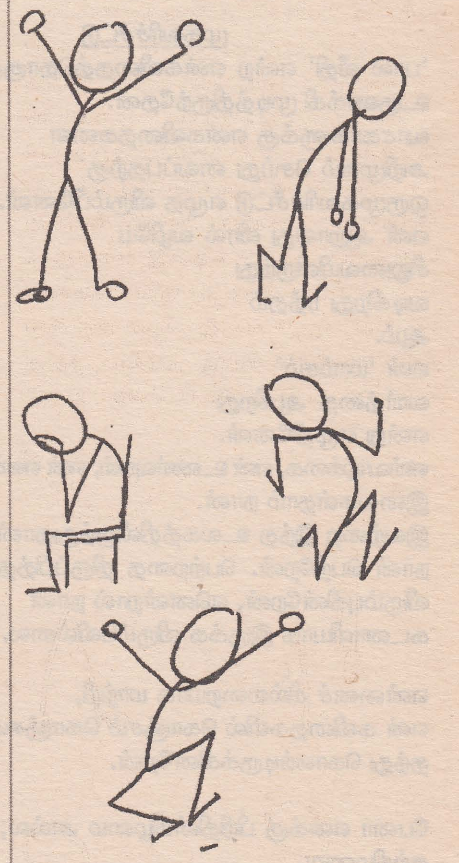
மனித இனம் பல்லாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்பே தனது எண்ணங்களை உடல் அசைவுகளின் மூலம் வெளிப்படுத்தத் தெரிந்திருந்தாலும் 'உடல் மொழி' பற்றிய ஆய்வு ஐம்பது ஆண்டுகளாகத்தான் நடந்து கொண்டிருக்கிறது. தகவல் தொடர்பின் முக்கிய வடிவம் என்றே இதனைப் பலரும் தெரிந்து கொண்டிருக்கிறார்கள்.

அநேகமாக ஐந்து இலட்சம் ஆண்டுகளுக்கு முன் பேச்சின் மூலம் தகவல் பரிமாற்றம் தொடங்கியிருக்க வேண்டும்.

அதற்கும் முன்னால் மனிதன் தன்னுடைய தொண்டையில் இருந்து எழும் ஒலிகளையும் அங்க அசைவுகளையுமே தகவல் தொடர்புக்குப் பயன்படுத்தினான் என்பதே உண்மை. இன்றளவும் அந்தமுறை தொடர்கிறது என்பது அதைவிட நிச்சயமான உண்மை.

அடுத்தவர் பேசுகிறபோது அவருடைய பேச்சுக்கு மட்டுமே முக்கியத்துவம் கொடுக்கின்ற நாம், அவருடைய அங்க அசைவுகளுக்கு அத்தனை முக்கியத்துவம் கொடுப்பதில்லை. உண்மையில் வார்த்தைகளை விட உடலசைவுகள் அதிக நம்பகத்தன்மை கொண்டவை.

உடல் மொழியை ஆராய்ந்த முன்னோடிகளுள் ஒருவரான ஆல்பர்ட் மெஹ்ரபியன் என்பவர் ஓர் உண்மையைக் கண்டறிந்தார். அது என்னவெனில் ஒரு செய்தி ஏற்படுத்தும் ஒட்டு மொத்தத் தாக்கத்தில் 7 சத விகிதம் வார்த்தைகளாகவும் 38 சதவிகிதம் குரலின் தொனி மாறுபடும் சொல்லின் உருவம் இவற்றை உட்படுத்தியதாகவும் மற்ற 55 சதவிகிதம் சொற்களற்றதாகவும் இருக்கிறது என்பது தான். மனித இயல் ஆய்வாளரான ரேபர்ட் விஸ்டப் என்பவர் வார்த்தைக



ளற்ற தகவல் தொடர்பை ஆராய்ந்தவர். அவர் மனிதர்களுக்கிடையே நிகழும் வார்த்தைகளற்ற தகவல் தொடர்பை ஆராய்ந்து சுமார் 2,50,000 முக பாவங்களை நம்மால் வெளியிடவும் கண்டு கொள்ளவும் முடியும் என்று

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

தெரிவித்திருக்கிறார். மெஹ்ரபியனைப் போலவே அவரும் நேரடி உரையாடலில் வார்த்தைகளின் பங்கு 35 சதவிகிதம் வார்த்தைகளற்ற தகவல் தொடர்பு 65 சதவிகிதம் என்று கணக்கிட்டிருக்கிறார்.

உடல்மொழி என்பது வெளிப்படையான புலன்களுக்குத் தெரியக் கூடிய ஒரு பிரதிபலிப்பு. குறிப்பிட்ட கணத்தில் ஒருவர் எந்த மாதிரி உணர்ச்சியை உணர்கிறார் என்பதை அறிவதில் அவருடைய அங்க அசைவுகள் முக்கிய சாதன மாகும். எடுத்துக்காட்டாக அச்சத்துக்குள்ளா னவரும், தற்காத்துக் கொள்பவரும் தம்முடைய கைகளை மார்பின் குறுக்காகக் கட்டிக் கொண்டி ருப்பார்கள்.

ஒருவர் என்ன சொல்கிறார், அதை எந்தச் சூழ்நிலையில் சொல்கிறார் என்பதைக் கவனிக் கிறபோது அவருடைய உணர்ச்சி சார்ந்த நிலை யையும் அவரது உடலசைவுகளைக் கவனிப்பதன் மூலம் அறிந்துகொள்ளலாம்.

உரையாடலில் வார்த்தைகளை விட உடம்பின் தெரிவிப்புக் குறிகளே அதிக விசயங்களை வெளிப்படுத்துகின்றன. ஆனால், நம்மில் பலரும் வார்த்தைகளுக்குக் கொடுக்கிற முக்கியத்துவத்தை அங்க அசைவுகளுக்குக் கொடுப்பதில்லை என்பது வருந்தத்தக்க உண்மை.

- குணா -

கடிகாரத்தின் முட்கள் ஒன்றுடன் ஒன்று போட்டி போட்டுக் கொண்டு ஓடிக்கொண்டிருக்கிறது. காலத்தின் தேவைக்கேற்ப, மனிதனும் கடிகாரத்திற்குமுன் ஓடி ஓடி பொருளீட்டவும், புகழ் தேடவும் சமுகத்தில் உயர்ந்த ஸ்தானத்தைப் பிடித்துக் கொள்ளவும் அலைகிறான். உலகில் சுகபோகங்களைத்தேடிக் கொண்டாலும் தன் ஆத்துமத்தை இழந்து விடுவானாகில் அதனால் பயன் என்ன?

ஒரு நாளைக்கு 24 மணி நேரங்கள் - உண்பதற்கும் உறங்குவதற்கும் வேலைக்குச் செல்வதற்கும் சினிமா நாடகங்கள் பார்ப்பதற்கும் எவ்வளவு நேரத்தைச் செலவிடுகிறோம். நம்மைப்படைத்த கடவுளுடன் மனந்திறந்து பேச நாம் விரும்பும் நேரம் என்ன? நேரத்தில் தசமபாகம் பார்த்தாலும் 2மணி 24நிமிடங்கள் கடவுளுக்காக ஒதுக்க வேண்டுமே ஆனால்,

ஜெத்சமெனித் தோட்டத்தில் யேசு கேட்டார். ஒருமணி, நேரமாவது என்னோடு கூட விழித்திருக்கக் கூடாதா? அவர் சிலுவையில் ஆறுமணி நேரம் தொங்கியபோது அவர் வசனித்த, வார்த்தைகள் அத்தனையும் ஜெப வார்த்தைகள்; நமக்காகப் பிதாவிடம் மன்னிப்புக்கேட்ட வார்த்தைகள்.

ஜெபம் வல்லமை நிறைந்தது, ஜெபம் குறைந்தால் அநேக ஆசீர்வாதங்களை நாம் இழக்க நேரிடும். ஒரு குதிரையைத் தண்ணீர் குடிக்க அழைத்துச் செல்லலாம், தண்ணீர் குடிக்கும்படி வற்புறுத்தலாம், ஆனால் தண்ணீர் குடிப்பதோ, குடிக்காததோ குதிரையின் அவாவில்தான் தங்கியுள்ளது என்ற கூற்று ஒன்று உண்டு. இதேபோல ஜெபத்தைக்குறித்து ஆயிரமாயிரம் பிரசங்கங்கள் செய்தாலும், புத்தகங்கள் வெளியிட்டாலும் நாம் உறுதியாக முழங்கால்படியிட்டு, இதயத்தை நொருக்கி கடவுளிடம் ஜெபித்தால்தான் ஆவியினால் நிரப்பப்படுவோம். சிங்கம் தான் விரட்டிச் செல்லும் பிராணியின் தொண்டையைத்தான் முதலில்

கடிகாரம் ஓடும் - முன் ஓடு

பிடிக்கும், தொண்டை பிடிபட்டால் மூச்சுத்திணறும், பின் அதனால் தப்பி ஓடமுடியாது. இதேபோல, அலகை ஒரு விசுவாசியை மேற்கொள்ள நினைக்கும் போது அவனது தொண்டையாகிய ஜெப சீவியத்தைப் பிடித்து நிறுத்துகிறான். சுவாசத்தைப் போல இருக்கும் அவனது ஜெபத்தைப்பிடித்து நிறுத்தி வைத்துவிட்டால் அவனை மேற்கொள்வது எளிது என அறிந்திருக்கிறான். ஏனெனில் ஜெபம் சுவாசம் போன்றது. ஆகவே தான் பேதுரு எச்சரிக்கிறார். "அறிவுத்தெளிவோடு விழிப்பாயிருங்கள் உங்கள் எதிராளியாகிய அலகை யாரை விழுங்கலாமென கர்ச்சிக்கும் சிங்கம் போல தேடித் திரிகிறது. (1பேதுரு 5:8) நாம் ஜெபிக்க முடியாதபடி என்ன என்ன

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

தடைகளை ஏற்படுத்த முடியுமோ அத்தனை யையும் கொண்டு வருவான். எனவே நாம் உறுதியாகச் செபிக்க ஆரம்பித்து விட்டால் சத்துருவின் போராட்டத்தை வென்றுவிடலாம். அலகை ஜெபத்தைத் தடுப்பான். ஜெபம் அலகையைத் தடுக்கும்.

நம் உள்ளங்களில் ஜெப ஆர்வம் இல்லாவிட்டால் முழங்கால் முடங்காது. நாம் ஜெபிக்கத் தொடங்குமுன் நம்முள் எதுஎதுவோ வந்து நிறைந்து விடும். எனவே விடாப்பிடியாக ஜெபம் செய்யப் பிரதிக்கினை செய்து அதை அமுலுக்குக் கொண்டுவர வேண்டும். இரண்டு மூன்று தினங்களுக்குச் ஜெபிக்காமல் விட்டு விட்டால் பின்பு ஜெபிப்பது கஷ்டமாகிவிடும். ஒரு கிற்றார் கருவியை வாசிக்காமல் மூலையில் போட்டுவிட்டு பின்னர் அதனை நாண்களேற்றி சுருதி கூட்டி இசைக்க நேரம் பிடிக்கும், இதே போன்றுதான் ஜெபமும்.

காலை எழுந்ததும் பல கடமைகளைச் செய்வது போன்று ஜெபத்தின் பாதையால் செல்ல வேண்டும். ஜெபம், தியானம் இரண்டும் ஒன்றுக்கொன்று இணைந்தது. வேதத்தைத் தியானித்துவிட்டுச் செபியுங்கள், உங்கள் ஜெப நேரம் இன்பமானதாக இருக்கும்; ஜெபித்து விட்டுத் தியானியுங்கள் உங்கள் தியானநேரம் பரவசமானதாக இருக்கும் எனத் தாவீது கூறுகிறார். (திருப்பாடல் 39:3) நற்செய்தியில் தியானிக்கக்கூடிய பகுதிகளைக் கருத்தில் கொண்டு அதிகமாகச் செபிக்க முடியும்.

நமது தியான பீடம் கல்வாரிச் சிலுவையாக இருக்கட்டும். அங்குதான் நொருக்கப்பட்டு, பிழியப்பட்ட அன்பு வெளிப்பட்டது. நாமும் பூங்கா வனத்தில் யேசுவோடு முழங்கால் படியிட்டு ஜெபிப்பதாகத் தியானித்து நம் நொருங்குண்ட இதயத்தை அவரது பெருமூச்சோடு, கதறலோடு ஒருமனமாய் இணைக்கவேண்டும்.

அன்று தம் நம்பிக்கைக்குப் பாத்திரமான மூன்று சீடர்களை அழைத்துக் கொண்டு போய் விழித்திருந்து ஜெபம் செய்யுங்கள் என்று கூறினார். அதில் ஒருவராக நம்மையும் எண்ணி அவர்களைப் போல தூங்கிக் கொண்டிருக்காது பிதாவின் சித்தத்தை நிறைவேற்றும் யேசுவுக்குத் தோள் கொடுத்து அவர் வியாகுலப்பட்டு நொருங்குண்ட நேரத்தில் நம் உள்ளத்தைத் திறந்து மனிதக் கடவுளுடன் பேசுவோம். நாம் ஜெபிக்கத் தொடங்குவதற்கு முன்னால் எம்மைத் தயார்செய்து கொள்ள வேண்டும். ஒரு மல்யுத்த வீரன் சண்டையிடப்போகுமுன் எதிராளியின் மேல் வெறுப்புணர்ச்சிகளை தன் நரம்புகளில் ஏற்றிக் கொள்வான். பற்களைக் கடிப்பான், முகத்தைப் பயங்கரமாக வைத்துக் கொள்வான் அப்போதுதான் கோப வெறியுடன் சண்டையிட்டு அவனால் வெல்ல முடியும். அதே போலவே நாமும் ஜெபக்களத்தில் இறங்குமுன் எம்மை அதற்கேற்றவாறு தயார்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். மிகவும் வல்லமையுள்ள ஜெபம் ஒன்று உண்டானால் அது தேவ சமுகத்தில் இருதயத்தை தண்ணீரைப்போல ஊற்றிச் செபிக்கும் செபம். மணித்தியாலக் கணக்கில் செபிப்பதை விட நொருங்குண்ட இதயத்தோடு உளம் கசிந்து உருகி அரைமணி நேரம் ஜெபிப்பது மேன்மையான பலனைத்தரும். தேவனுக்கேற்ற பலி நொருங்குண்ட இதயமே. ஜெபிக்கும் போது எவைகளைக் கேட்டுக் கொள்வோமோ அவைகளைப் பெற்றுக்கொள்வோம் என்ற விசுவாசம் நம்மில் உறுதியாக இருக்க வேண்டும். ஜெப உணர்வை எங்கள் உள்ளங்களில் ஏற்படுத்திக் கொள்வது மட்டுமல்ல திட்டமான ஜெப விண்ணப்பங்களோடும் உறுதியான மனத்தோடும் விசுவாசத்தோடும் ஜெபம் செய்வோம்.

–றெ. சிதம்பரி

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

சிறுவர்களுக்கு மட்டும்

முடிவுத்திகதி
30 - 06 - 2007

விவிலியம் கற்போம் - 57

(விடுதலைப் பயணம் 37:1–29)

(பொருத்தமான சொற்களைத் தெரிந்து இடைவெளிகளை நிரப்புக)

பெட்சலேல் சித்திம் மரத்தால் ஒரு பேழை செய்தார். அதன் நீளம் இரண்டரை முழம், அகலம் ஒன்றரை முழம், அவர் அதன் உள்ளும் புறமும் பசும்பொன்னால் ....; அதைச்சுற்றிலும் பொன் தோரணம் பொருத்தினார். அவர் இருவளையங்களை ஒருபக்கத்திற்கும், இரு வளையங்களை மறுபக்கத்திற்குமாக, அதன் நான்கு கால்களுக்காகவும் .... பொன்வளையங்களை வார்த்தார். அவர் சித்திம் மரத்தால் தண்டுகள் செய்து அவற்றைப் பொன்னால் பொதிந்தார். அவர் பேழையைத் தூக்கிச் செல்லும்படி, தண்டுகளைப் பேழையின் பக்கங்களிலுள்ள வளையங்களில் செருகிவிட்டார். அவர் பசும் பொன்னால் .... இருக்கையைச் செய்தார். இரு பொன் செருபுகளைச் செய்தார். இரக்கத்தின் இருக்கையிலுள்ள இருபக்கங்களிலும் அவற்றை அடிப்பு வேலையாகச் செய்தார். ஒரு புறத்தில் ஒரு கெருபும், மறுபுறத்தில் இன்னொரு கெருபுமாக இரக்கத்தின் இருக்கையோடு இணைந்தனவாக, அதன் .... பக்கங்களிலும் கெருபுகள் செய்யப்பட்டன. சித்திம் மரத்தால் மேசையொன்று செய்தார். அதைப் பசும் பொன்னால் பொதிந்து சுற்றிலும் ஒரு பொன் தோரணம் செய்து வைத்தார். மேசையைத்தூக்கிச் செல்லும் .... தாங்கும் வளையங்கள் சட்டத்தின் அருகிலிருந்தன. மேசைமேல் இடம்பெறும் துணைக்கலன்களான ...., கிண்ணங்கள், சாடிகள், நீர்மப்படையலுக்கான குவளைகள் ஆகியவற்றையும் பசும் பொன்னால் செய்தார். ஒரு விளக்குத் தண்டு செய்தார். விளக்குத் தண்டின் ஒருபக்கத்திலிருந்து மூன்று கிளைகளும், மறுபக்கத்திலிருந்து மூன்று கிளைகளுமாக ....பிரிந்து சென்றன. அவர் சித்திம் மரத்தால் தூப பீடம் செய்தார். அது நீளம் .... அகலம் ஒரு முழமுமாக சதுர வடிவமாயிருந்தது. அதன் உயரமோ இரண்டு முழம், அதன் கொம்புகள் அதனுடன் ஒன்றிணைந்திருந்தன. அதைத்தூக்கிச் செல்லும் .... தாங்க இரு பொன் வளையங்கள் வீதம் இருபக்கங்களிலும் அவர் பொருத்தினார். அவர் தூய .... எண்ணெயையும் திறமை வாய்ந்த பரிமளத் தயாரிப்பாளன் செய்வது போல் செய்யப்பட்டதும் கலப்பற்றதுமான நறுமணத் தூபத்தையும் தயாரித்தார்.

விடைகள்: தண்டுகள், ஒருமுழமும், திருப்பொழிவு, தண்டுகளை, ஆறுகிளைகள், வேய்ந்தார், நான்கு, இரக்கத்தின், இரண்டு, தட்டுகள்.

(வினாப்படிவத்திலேயே விடைகள் எழுதியனுப்பப்பட வேண்டும், பிரிதாக அனுப்பப்படும் விடைகள் போட்டியில் சேர்த்துக் கொள்ளப்படமாட்டாது)

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

பரிசுப் போட்டி

அறிவை வளர்ப்போம் - 57

(பொருத்தமான சொற்களின் கீழ் அடிக் கோடிடுக)

01. சுதந்திர இலங்கையின் 1வது அரசியல் யாப்பை வரைந்தவர்
(சோல்பரி பிரபு, டொனமூர், கொல்வினார் டி சில்வா)

02. ஹிந்துஸ்தானி இசையில் மால்குஸ் என்ற பெயரால் அழைக்கப்படும் இராகத்தின் பெயர்
(சங்கராபரணம், ஹிந்தோளம், கல்யாணி)

03. 'மங்கையர் குறங்கென வகுத்த வாழைகள்' என்னும் செய்யுள் வரியில்வருவது.
(உயர்வு நவிற்சி அணி, இல்பொருள் உவமை அணி, விபரீத அணி)

04. இலங்கையில் இனப்பிளவுக்கு வித்திட்டவர்
(S.W.R.D. பண்டாரநாயக்கா, மனிங்தேசாதி பதி, D.S. சேனநாயக்கா)

05. சீரைத் தேடின்....
(ஊரைத்தேடு, தேரைத்தேடு, ஏரைத்தேடு)

06. தமிழ்த் திரைப்பட வரலாற்றில் முதலாவதாக வந்த வண்ணத் திரைப்படம்
(இராஜ இராஜ சோழன், எங்க வீட்டுப் பிள்ளை, அலிபாபாவும் நாற்பது திருடர்களும்)

பெயர் : ....

முகவரி : ....

....

அனுப்பவேண்டிய முகவரி:

விவிலியம் கற்போம் / அறிவை வளர்ப்போம்- 57
தொண்டன்
அ.பெ. எண் - 44
மட்டக்களப்பு.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

விவிலியம் கற்போம் - 55 விடைகள்

ஆறு நாள்கள், ஓய்வு, காணிக்கை, வெண்கலம், சித்திம்மரம், சந்திப்புக்கூடார, காப்புகள், ஆண்டவர், ஆண், இஸ்ரேயேல்

அறிவை வளர்ப்போம் - 55 விடைகள்

1) மானிப்பாய் சோமசுந்தரப்புலவர்
2) ஜோர்ஜ் வாசிங்டன்
3) பிரான்ஸ்
4) பவணந்தி முனிவர்
5) சீனா
6) அன்மொழித்தொகை

இருபிரிவுகளுக்கும் சரியான விடை எழுதி ரூபா 150/= பரிசுபெறுவோர்

- சன்றின் கிருபைராஜ்
  96 பாரதி வீதி
  திருகோணமலை
- கணபதிப்பிள்ளை நிரோஜினி
  முறக்கொட்டான்சேனை

ஒரு பிரிவுக்கு மட்டும் சரியான விடை எழுதி ரூபா 100/= பரிசு பெறுவோர்

- S. கயாணி
  296, அன்புவழிபுரம்,
  திருகோணமலை.
- யூட் சுமங்கலம்
  25/11, தக்கியா வீதி,
  திருகோணமலை.

பாராட்டுப் பெறுவோர்

- வேர்ஜினியா எல்டன்
  இல- 12 முதல் தெரு,
  பாரதிபுரம்,
  திருகோணமலை.
- A.C. யூட் டிலக்ஷன்
  இல-5, றோஸ் இல்லம்
  தேவாலயவீதி,
  அக்கரைப்பற்று.

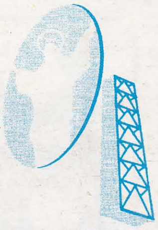
சிறுவர் சிறுமியருக்கான வர்ணம் தீட்டும் போட்டி-7

- முதலாம் பரிசு - 300/=
  அ. டிலோஜன்
  வேலாயுதர் வீதி,
  சித்தாண்டி - 04
- இரண்டாம் பரிசு - 200/=
  கிரேம்ராஜ் சியாமளா
  சின்ன முகத்துவாரம்,
  அக்கறைப்பற்று-04
- 3ம் பரிசு - 100/=
  யே. நிசிதா
  145,3ம் ஒழுங்கை
  ஆனந்தபுரி
  திருகோணமலை

போட்டியில் பங்குகொண்ட அனைவருக்கும் எமது நன்றி. (ஆ - ர்)

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Registered as a News Paper in Sri Lanka.



இறைமதிப்பீட்டில் புதிய உலகு படைக்க

பிலிப்பைன்ஸ் தலைநகர் மணிலாவில் இருந்து ஒலிபரப்பாகிறது

வேரித்தாசு தமிழ்ப்பணியின் நிகழ்ச்சிகள்

காலை 6.00மணி, சிற்றலை 1.19.33 மீட்டர்.

திங்கள் : அமுத வாக்கு, சங்கே முழங்கு, உலகச் செய்திகள்

செவ்வாய் : அமுத வாக்கு, இலக்கிய விருந்து, உலகச் செய்திகள்

புதன் : அமுத வாக்கு, எங்கே போகிறோம், உலகச் செய்திகள்

வியாழன் : அமுத வாக்கு, சாதனைச் சரித்திரங்கள், உலகச் செய்திகள்

வெள்ளி : அமுத வாக்கு, பெண்மை வாழ்க, தாயகச் செய்திகள், உலகச் செய்திகள்

சனி : அமுத வாக்கு, காட்சியும் கருத்தும், உலகச் செய்திகள்

ஞாயிறு : அமுத வாக்கு, அருள் அலைகள், திருச்சபைச் செய்திகள்

காலை 7.30மணி, சிற்றலை 31.51 மீட்டர்.

திங்கள் : நாளும் ஒரு நல்ல கதை, ஒளியைத்தேடி,
இது எங்கள் உலகம், உலகச் செய்திகள்

செவ்வாய் : நாளும் ஒரு நல்ல கதை, இதயம் இணைகிறது,
சிறப்பு இறை மன்றாட்டு, உலகச் செய்திகள்

புதன் : நாளும் ஒரு நல்ல கதை, வந்ததும் தந்ததும்,
பிறந்தநாள் வாழ்த்து, கேள்வி பதில், உலகச் செய்திகள்

வியாழன் : நாளும் ஒரு நல்ல கதை, நலம் காப்போம்,
அறிவியல் மணம், உலகச் செய்திகள்

வெள்ளி : நாளும் ஒரு நல்ல கதை, அவனியில் பவனி,
உறவுப்பாலம், உலகச் செய்திகள்

சனி : நாளும் ஒரு நல்ல கதை, வெற்றி முரசு,
எழுமின் விழுமின், உண்மையின் எண்ணங்கள்

ஞாயிறு : நாளும் ஒரு நல்ல கதை, இதயங்களுக்காக இசைத்தேன்,
உலகச் செய்திகள்

Wanasinghe Printers, 126/1, Trinco Road, Batticaloa

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org