

தொண்டன்

ஆரம்பம்: 1969-பெப்ரவரி



ஏப்ரல் - மே - 2006

15/=

விதாண்டன்

ஏப்ரல்-மே 2006

மலர்-39

இதழ்-03

ஆசிரியர்

J.A.G. இரட்ணகுமார்

இணை ஆசிரியர்

மலர்வேந்தன்

துணை ஆசிரியர்கள்

மெற்றில்லா 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

விலை - 15/=

ஆண்டு சந்தா : 250/=

ஆறுமாதச் சந்தா : 130/=

(குபாற்செலவு உட்பட)

உள்ளே



அன்புடன் உங்களோடு....	-	01
இறப்பு தரும் உயிர்ப்பு....	-	02
இலக்கிய மஞ்சரி	-	04
இயேசுக் கிறிஸ்துவின்....	-	06
நாட்டில் நிலவும்....	-	07
உழைப்பினால் உயர்வோம்....	-	08
எதிர்பார்ப்பு....	-	09
தொண்டனின் சில நிமிடங்கள்	-	10
மாணவர் பக்கம்	-	12
மறை அறிவை வளர்ப்போம்	-	13
மனக்கோலம்	-	15
மருத்துவம் மருத்துவம்....	-	21
விவிலியம் கற்போம்	-	23
பரிசுப்போட்டி	-	24

அன்புடன் உங்களோடு...

வன் செயல்கள் இறக்கும் போது
 சமாதான உயிர்ப்புக்கள் தோன்றுகின்றன.
 சமாதானம் இறக்கின்றபோது
 வன் செயல்கள் உயிர் பெறுகின்றன.
 இவற்றைத்தான் நாம்
 அண்மைக் காலங்களில் கண்டு அனுபவிக்கிறோம்.
 நல்லவை இறந்து
 தீயவை உயிர்ப்பதை
 மனிதனாகப் பிறந்த எவனும் விரும்பமாட்டான்.
 மாறாக தீயவை இறந்து
 நல்லவை உயிர்ப்பெற வேண்டும் என்பதே
 மனித சமுதாயத்தின் எதிர்பார்ப்புக்களாகும்.
 சமாதான முயற்ச்சிகள் இறக்கின்றதாக
 ஒரு உணர்வும்,
 வன் செயல்கள் தலை தூக்குகின்ற
 ஒரு தன்மையும் உணரப்படுகின்றன.
 இவை போன்ற வேண்டப்படாத
 இறப்புக்களும், உயிர்ப்புக்களும்
 சமுதாயத்தை சிதைத்து
 சின்னா பின்னமாக்கிவிடும் என்பது
 ஊரறிந்த உண்மையாகும்.
 ஒரு மனிதன் வாழ - பலர்
 இறப்பதைவிட - பலர் வாழ
 ஒரு மனிதன் இறப்பது நலமென்று

கைப்பாஸ் இறைவாக்குரைத்தான்.
 அவன் குறுகிய கண்ணோட்டத்தில்
 இக் கூற்றைக் கூறினாலும்
 இறை மகனாகிய இயேசு - என்கின்ற
 ஒரு தனிமனிதனுடைய இறப்பு
 பலருக்கு வாழ்வாக அமைந்தது.
 அதுவும் பாவ மாக அற்ற
 இயேசு இறந்து
 பாவ முகற்ற பாவினை
 பரிசுத்தர்களாக வாழ வைத்தார்.
 இயேசுவின் இறப்பு, உயிர்ப்பானது உனக்கும்
 உயிர்ப்பு உண்டென்கின்ற நம்பிக்கையை
 ஆணித்தரமாக எடுத்துரைக்கிறது.
 அந்த மகத்தான உயிர்ப்பை - நீ
 அடைய வேண்டுமென்றால் - அன்றாட
 உன் வாழ்க்கை நிகழ்ச்சிகளில்
 இறந்து, உயிர்க்க வேண்டும் - அதாவது
 உன் இறப்பினால் அடுத்தவர்கள்
 உயிர்ப்படைய வேண்டும்.
 சின்னஞ் சிறு விடயங்களில் - நீ
 அடுத்தவருக்கு உயிர்ப்பை கொடுத்தால்
 உன்னுடைய உடலின் உயிர்ப்பு
 நிச்சயமான தொன்றாகவும்,
 மகிமை பொருந்திய ஒன்றாகவும் அமையும்.

“Easter நல் வாழ்த்துக்களைக் கூறிக் கொண்டு
 உங்களிடமிருந்து விடை பெறுகிறேன்”

- ஆசிரியர் -



இறைவாக்கீடு

“அவர் இங்கே இல்லை, அவர் கூறியபடியே உயிருடன்
 எழுப்பப்பட்டார், அவரை வைத்த இடத்தை வந்து பாருங்கள்”

மத்தேயு- 28:6

இறப்பு தரும் உயிர்ப்பு

இறப்பிலிருந்து பிறப்பு:

எகிப்து நாட்டில் வாழ்ந்த ஒரு அதிசயப் பறவை இனத்தைப் பற்றிய மரபு ஒன்று உண்டு. பீனிக்ஸ் என்ற பறவை பல ஆண்டுகள் உயிர் வாழ்ந்தபின் தன் மரணம் நெருங்கி வருவதை உணர்ந்து சிறு குச்சிகளாலும் வாசனைப் பொருள் களாலும் அழகிய கூடு ஒன்று கட்டி அக்கூட்டிற்குள் நுழைந்து வாயிலையும் அதன் வழியையும் அடைத்துவிடுமாம். கூட்டுக்குள் பல நாட்கள் இருந்து செத்துவிடும். அதனுடைய உடலிலிருந்து ஒரு புழு தோன்றி, அதன் பிறகு அது பறவையாக உருவெடுத்துக் கூட்டை உடைத்துக்கொண்டு வெளியே வருமாம். இவ்வாறு தாயின் இறப்பிலிருந்து புதிய பறவை ஒன்று பிறக்குமாம்.

காலையின் கல்லறையைத் தேடியவர்கள்:

இயேசுவின் சீடர்கள் அவர் சிலுவையில் அறையப்பட்டபோது அவரை விட்டு ஓடிப் போனார்கள். (மாற்கு 14:50). ஆனால் கலிலேயா விலிருந்து இயேசுவைப் பின்பற்றி அவருக்குப் பணிவிடை செய்துவந்த பெண்கள் தொலைவில் நின்று சிலுவையில் அறையுண்ட இயேசுவை உற்று நோக்கிக்கொண்டிருந்தனர். (மாற்கு 15:40). ஓய்வு நாள் தொடங்குவதற்கு முன் அவசரம் அவசரமாக இயேசுவின் உடலை அடக்கம் செய்துவிட்டு வீடு திரும்பினர். இருப்பினும் நிக்கதேம் என்பவர் கொண்டு வந்த 30 கிலோ கிராம் வெள்ளைப் போளத்தையும், சந்தனத்தாளையும் இயேசுவின் உடலில் சுற்றிக்கட்டி அடக்கம் செய்தனர் (யோவான் 19:39). வாரத்தின் முதல் நாள் காலையிலேயே இயேசுவின் உடலில் நறுமணப் பொருள்களை பூசுவதற்காக மூன்று பெண்கள் கல்லறைக்குச் சென்றனர். இயேசுவின் திரு உடலுக்கு மரியாதை செலுத்தி அவர்மேல் உள்ள அன்பை காட்டவே கல்லறைக்குச் சென்றனர்.

காலையான கல்லறை:

இயேசு அடக்கம் செய்யப்பட்டு ஏறக்குறைய 36 மணி நேரம் ஆகிவிட்டது. அவ்வாறு இருக்க நறுமணப் பொருள்களை இயேசுவின்

உடலில் பூச முடியுமா? கல்லறை வாயிலை மூடிய கல் பெரிதாயிற்றே, யார் அதை நமக்குப் புரட்டிக் கொடுப்பார் என்றெல்லாம் இப்பெண்கள் சற்றுக்கூட நினைத்துப் பார்க்க வில்லை. நடுவழியில்தான் சிந்திக்கிறார்கள். ஆனாலும் இயேசுவின்மேல் கொண்ட ஆழமான அன்பு ஒரு உந்து சக்தியாக அவர்களை இயேசுவின் கல்லறைக்குத் தள்ளிக்கொண்டு போகிறது.

அ) திடீரென நிமிர்ந்து பார்க்கையில் 'கல் புரட்டப்பட்டிருப்பதைக் கண்டார்கள். அது பெரியதொரு கல்' (மாற்கு 16:4). இம்மாபெரும் கல் ஒரு அடையாளமாகப் பயன்படுத்தப்படுகிறது. இறைவனை, உயிர்த்த இயேசுவை மனிதன் எளிதில் நேரடியாக கண்டு அனுபவிக்க இயலாது. மனிதனுக்கும் இறைவனுக்கும் இடையே ஒரு திரை, தடை, பெரிய கல் உள்ளது. இந்தத் தடையை நீக்க மாபெரும் சக்தி தேவைப்படுகிறது. அது இறைவனால் மட்டுமே முடியும். அதனால் தான் மத்தேயு நற்செய்தியில் காணப்படுவதுபோல (மத்தேயு 28:2) நில நடுக்கம் எதுவும் இல்லாமலே அமைதியான முறையில் கல் புரட்டப்பட்டிருக்கிறது. இது இறைவனின் வல்லமை இயேசுவில் முழுமையாக வெளிப்படத் தொடங்கிவிட்டது என்பதன் முன் அடையாளமாகும்.

ஆ) அவர் உயிருடன் எழுப்பப்பட்டார்: இயேசு அடக்கம் செய்யப்பட்டதை அன்று எருசலேமில் வாழ்ந்த பலர் அறிந்திருந்தனர். இயேசு இறந்ததற்கு அரசாங்கமே மரணச் சான்றிதழ் வழங்கத் தயாராய் இருந்தது. இப்பொழுது அடக்கம் செய்யப்பட்ட இயேசுவின் உடல் கல்லறையில் இல்லை. ஏனெனில் அவர் உயிருடன் எழுப்பப்பட்டார். இந்தச் செய்தியை கல்லறைக்குள் வெண் தொங்கல் ஆடை

அணிந்து வலப்புறம் அமர்ந்திருந்த இளைஞர் அறிக்கையிட்டார். இங்கு “வெண்”, ‘தொங்க லாடை’, “வலப்புறம்” ஆகிய மூன்று சொற்களும் அந்த இளைஞர் மண்ணுலகை சார்ந்தவர் அல்லர் விண்ணுலகை சார்ந்தவர் என்பதை எடுத்துரைக்கின்றன.

உயிர்ப்பு உரைக்கும் உண்மைகள்:

“அவர் உங்களுக்குச் சொன்னது போலவே அவரை அங்கே (கலிலேயோவில்) காண்பீர்கள்” (மாற்கு 16:7) என்ற வார்த்தைகள் வழியாக உயிர்த்த இயேசுவின் பிரசன்னம் மறைந்துவிடவில்லை. சீடர்கள் நடுவில் இருக்கின்றது என்பது உணர்த்தப்படுகிறது. இயேசுவின் சாவுக்கு முன்னால் அவரை நேரில் பார்த்த பலர் அவர் உயிர்த்த பின்பும் அவரைக் கண்டார்கள். ஆனால் உயிர்த்த ஆண்டவரைக் கண்டவர்கள்

அவருடைய உயிர்ப்பு மறை உண்மையினால் ஊடுருவப்பட்டார்கள். எந்த ஒரு இலட்சியத் திற்காக இயேசு சிலுவையை சுமந்து கொண்டு முனைப்போடு நின்றாரோ அதே இலட்சிய இலக்கோடு வாழ புது வல்லமையைப் பெற்றனர். வித்தியாசமான முறையில் கிறிஸ்துவ சமூகத்தில் ஊடுருவி பிரசன்னமாய் இருந்து தங்களை உயிர்த்த ஆண்டவர் வழி நடத்திச் செல்வதை உணர்ந்தனர்.

இறந்து உயிர்த்த ஆண்டவர் இயேசு, இத்தகைய இறப்பு வழியாக உயிர்ப்பு வாழ்வில் பங்குபெற நம்மை அழைக்கின்றார். அவரது வல்லமை நம்மோடு இருப்பதால் தீமையை எதிர்க்கும் போராட்டத்தில் நமது உடைமை, உயிர் அனைத்தையும் அர்ப்பணிக்க முன் வருவோம்.

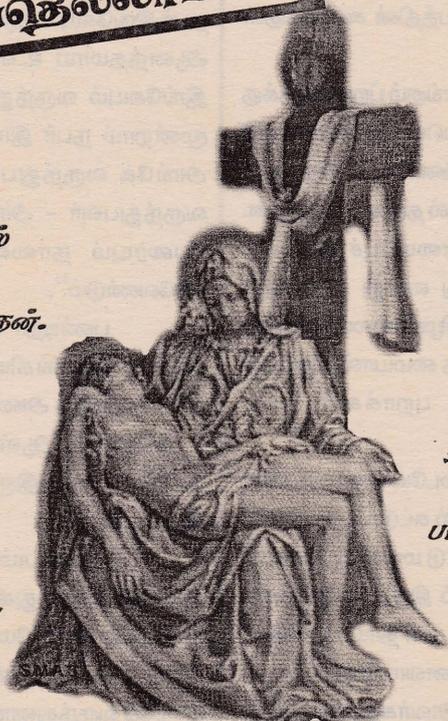
(நன்றி - தோமஸ்)

நான் சொல்வதெல்லாம்.....

யானையும் பதவி காக்க
தேள்விரி கொடுக்கு நாவால்
பாழ்வியு பாரத் தீர்ப்பில்
மரிக்க நான் தீர்வை செய்தேன்.

கசையடிக்க காயம் நோக
பதயில்லாப் பாதை நீள
மும்முறை முகம்மண் மோத
அழுத்திய நுகத்தடி நானே.

நல்லெழிற் கோலம் கொய்து
முள்முடி சிரசில் நெய்து
மேலுடை தரிக்கா கோளை
வசையினால் மூடி வைத்தேன்.



மார்பிலேற்றன்பு காத்த
பர்புகழ் அன்னை கண்கள்
நீர் நிறை குளமென்றாக்கி
கூடிபல நெஞ்சில் எய்தேன்.

பர்சுமில் அச்சைக்கையிற்
றாங்கிடும் மைந்தன் உந்தன்
பாதமும் அசையா வண்ணம்
பாவி நான் ஆணி வைத்தேன்.

நடுப்பகல் மேனிசட்ட
கடும் வெயிற்றறணனுமேங்க
படுமரச் சிலுவையேற்றி
கொடுங்கொலை செய்தேன் ஐயோ!

முதுர்
-A. அமலராஜ் -

இலக்கிய மஞ்சரி

ஆழியோன்

யெரிய அறிவுரைகள், சிறப்பான பிரசங்கங்கள் தராத விளக்கங்களை சில குட்டிக்கதைகள் எடுத்து விளக்கிவிடும். அவ்வகையான குட்டிக்கதைகள் உள்ளிட்ட சில விடயங்களை கீழ்க்கண்ட பார்ப்போம்.

புறாக்கள் சொன்ன பாடம்

ஒரு சிவன் கோயிலின் கோபுரங்கள் நிறைய புறாக்கள் குடிகொண்டிருந்தன. கோயில் திருவிழா வந்தது. கோவிலுக்கு வர்ணம் பூச ஆரம்பித்தார்கள். எனவே புறாக்களால் வாழ முடியாது போய்விட்டது. அதனால் எதிரிலிருந்த தேவாலயத்தின் கூரைக்குள் குடியேறின.

சிலமாதங்கள் ஓடின. அங்கும் புறாக்களுக்கு தொல்லை. நத்தார் பண்டி கையையொட்டி தேவாலயத்திற்கு வெள்ளையடிக்க தொடங்கினார்கள். அதனால் புறாக்கள் எதிரில் இருந்த மகூதியில் தஞ்சம் புகுந்தன. சில காலத்தில் மகூதியை புனரமைப்புச் செய்யத் தொடங்கினர். என்ன செய்வது என்று புறாக்கள் யோசித்தன. சிவன் கோயில் திருவிழா எல்லாம் முடிந்து ஆரவாரங்கள் ஓய்ந்து விட்டிருந்த மையால் மீண்டும் சிவன் கோயிலுக்கே சென்று புறாக்கள் வாழ ஆரம்பித்தன.

தீடிவென்று மனிதர்களிடையே கலவரம். பலர் ஒருவரையொருவர் துப்பாக்கியால் சுட்டுக் கொண்டார்கள்; கத்திகளால் வெட்டிக்கொண்டு மாண்டு போனார்கள். சிவன் கோயில் கோபுரத்தில் இருந்து புறாக்கள் எட்டிப்பார்த்தன. ஒரு குஞ்சுப்புறா தன் தாய் புறாவிடம் கேட்டது, “இந்த மனிதர்களுக்கு என்னவாயிற்று?”

அம்மா சொன்னது “அவர்களுக்கு மதம் பிடித்து விட்டது”. குஞ்சுப்புறா கேட்டது “அம்மா! ஏன் நமக்கு மதம் பிடிக்கவில்லை...?”

அம்மாப்புறா அமைதியாகச் சொன்னது

“நாம் சிவன் கோயிலில் இருந்தாலும், கிறிஸ்தவ தேவாலயத்தில் இருந்தாலும், பள்ளிவாசலில் இருந்தாலும் நமக்குப் பெயர் புறாதான். ஆனால் மனிதன் கோவிலில் இருந்தால் இந்து, கிறிஸ்தவ தேவாலயத்தில் இருந்தால் கிறிஸ்தவன், பள்ளிவாசலில் இருந்தால் முஸ்லிம் ஆகிவிடுகின்றான். அதனால் இப்படி அடித்துக் கொள்கின்றார்கள்”.

“அப்படியானால் நாம் மனிதர்களை விட உயர்ந்தவர்கள் அல்லவா...?” என்றது புறாக்குஞ்சு “ஆமாம்! மதம் நல்லதுதான் மதவெறிதான் பொல்லாதது” என்றது அம்மாப்புறா.

* * * * *

மன்னர் ஒருவர் தனது தலைமைப் பண்டிதரிடம் “தற்போது நான் ஒரு நான்கு பேரைப் பற்றிக் கூறப்போகின்றேன். அந்த நால்வரையும் நாளை நீங்கள் என்முன் கொண்டுவந்து நிறுத்த வேண்டும்” என்றார்.

“முயற்சிக்கின்றேன் மன்னர்” என்றார் தலைமைப் பண்டிதர்.

மன்னர் சொல்ல ஆரம்பித்தார். “முதலாவது நபர் இங்கேயும் ஆனந்தமாய் உள்ளவர்; அங்கேயும் ஆனந்தமாய் உள்ளவர்; இரண்டாவது நபர் - இங்கேயும் வருந்துபவர் அங்கேயும் வருந்துபவர்; மூன்றாம் நபர் இங்கே ஆனந்தமாய் இருப்பவர் - அங்கே வருந்துபவர்; நான்காம் நபர் - இங்கே வருந்துபவர் - அங்கே மகிழ்பவர்; இந்த நான்கு பேரையும் நாளை அரண்மனைக்கு கொண்டுவரவேண்டும்”.

பண்டிதர் யோசித்துப்பார்த்தார். பளிச்சென விடயம் விளங்கியது. மறுநாள் அரண்மனைக்கு நான்கு பேரை அழைத்துச் சென்றார்

முதலாம் ஆள் ஒரு துறவி - அவர் இங்கும் மகிழ்ச்சியாய் இருப்பவர், அங்கும் மகிழ்ச்சியாய் இருப்பவர்.

இரண்டாம் ஆள் பிச்சைக்காரர் ஒருவர் - அவர் இங்கும் வருந்துகின்றார்; அங்கும் வருந்துவார். மூன்றாம் ஆள் மோசமான குணமுடைய ஒரு பணக்காரர் - அவர் இங்கே மகிழ்ச்சியாய் இருப்பார்; ஆனால் அங்கே வருந்துவார்.

நான்காம் ஆள் ஒரு முனிவர் - காட்டில் கடும் தவம் புரிவதால் இங்கே வருந்துகின்றார்; எனினும் அங்கே மகிழ்வாய் இருப்பார்” என்று மன்னனிடம் விளக்க

கினார். மன்னர் பண்டிதரைப்பாராட்டி பரிசளித்தார்.

இங்கே மகிழ்ச்சியாய் இருக்க பொருள் வேண்டும். அங்கே மகிழ்ச்சியாய் இருக்க இறையருள் வேண்டும். பொருளை விட இறையருளே வேண்டும்.

* * * * *

மார்க்கடுவைன் என்பவர் தன் நண்பர் ஒருவரிடம் புத்தகமொன்றை இரவல் கேட்டார். என் அறையில் இருந்து படித்துவிட்டுப் போவதாய் இருந்தால் தருகின்றேன்” என்றார் அவர்.

சிலநாட்களின் பின் அவர் மார்க்கடுவைனிடம் வந்து “உங்கள் மண் வெட்டியை சற்று இரவல் கொடுங்கள்” என்று கேட்டார். “என் தோட்டத்தில் கொத்தி விட்டுப் போவதாய் இருந்தால் தருகின்றேன்” என்று சொன்னார் டுவைன்.

* * * * *

ஞானி ஒருவர், கொடியவன் ஒருவனிடம் “நீ இன்னும் பத்து நாட்கள்தான் வாழப்போகின்றாய்!

அதனால் நீ எண்ணிய காரியங்களைச் செய்துவிடு” என்றார்.

அந்த வினாடிவரை எவரை எப்படி ஏமாற்றலாம் என்று என நினைத்துக் கொண்டிருந்த அவன் மரணபயத்தால் புண்ணிய காரியங்கள் செய்ய ஆரம்பித்து விட்டான்.

பத்து நாள் முடிந்தது; அவன் மரணிக்க வில்லை. ஞானியிடம் ஓடினான். “நான் சாவேன் என்று சொன்னீர்களே? ஆனால் சாகவில்லையே” என்று கூறினான்.

“பத்து நாட்களுக்குள் மரணம் என்று சொன்னதும் புண்ணியம் செய்ய ஆரம்பித்துவிட்டாய்! மனிதனுக்கு ஒவ்வொரு நாளும் மரணம் ஏற்பட வாய்ப்புண்டு, இந்த உண்மையை உணர்ந்துகொண்டு எப்போதும் நல்லது செய்ய முயற்சி செய்” என்றார் ஞானி.

நீதிக்கான வேண்டல்

இறைவா!

எங்களுக்காகவும் எங்கள் பிள்ளைகளுக்காகவும் அழச்சொன்னவரே வன்முறையைச் சுமந்து வன்முறை வேண்டாம் என்று சொல்பவரே.

உலகின் அனைத்து வன்முறைகளும். அநீதிகளும் மறைய வேண்டுமென்று பிரார்த்திக்கின்றோம்.

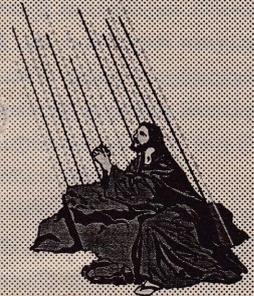
எம் தேசத்தில்

இரத்த ஆறுகள் அல்ல

அன்பும் - அறமும் - நீதியும் ஆறாய்ப் பெருகி ஓடவேண்டுமென்று பிரார்த்திக்கின்றோம்.

இறைவா!

நம் நாட்டில் உமது மாட்சி குடிகொள்ளவும், பேரன்பும் உண்மையும் ஒன்றையொன்று சந்திக்கவும்,



நீதியும் நிறைவாழ்வும் ஒன்றையொன்று முத்தமிடவும், மண்ணினின்று உண்மை முளைத்தெழவும், உமது அருள் நிறைவாய் இருக்கவேண்டுமென்று பிரார்த்திக்கின்றோம்.

எங்கள் பாவம்,

எங்கள் தேசத்தின் பாவம், எங்கள் உலகின் பாவம், அனைத்தையும் மன்னித்தருளும். அந்தப்புதிய உலகைக் கொண்டுவர சீழுவையில் உயிர் நீத்த எம்பெருமான் இயேசுவே! எம் பிரார்த்தனையைக் கேட்டருளும்.

ஆமென்!

ஆக்கம்: யாழ். ராதவல்லீ

கிறிஸ்து இயேசுவின் உயிர்ப்புத் திருநாள். உலகெலாம் உள்ள கிறிஸ்தவர்கள் இந்நாளை ஒரு புனித நாளாக மகிழ்வுடன் கொண்டாடுகின்றார்கள். இந்த நன்நாளிலே இதைக் கேட்டுக்கொண்டிருக்கும் நீங்கள் அனைவரும் உயிர்த்த இயேசுவின் அனைத்து ஆசிகளையும் பெற்று மகிழ வேண்டுமென்று வாழ்த்துகிறேன்.

இன்று நாம் வாழும் இவ்வுலகினைச் சற்று உற்று நோக்கினால் காண்பது என்ன? நம்மைச் சுற்றி மரண ஓலங்களையும் இரத்தக் களாிகளையுமே காண்கின்றோம். பிறக்கும் குழந்தைகள் மரணிக்கின்றன. இளம் வயதினரும் மரணிக்கின்றனர். வயது வந்தவர்களும் மரணிக்கின்றனர். குதியோரும் இறுதியில் மரணம் அடைகின்றனர். சூறாவளியினால்

உயிர்கள் மடிகின்றன.

இயேசுக் கிறிஸ்துவின் உயிர்ப்புத் திருநாள்

கனாமியினால் உயிர்கள் மடிகின்றன.

பருவக்காற்றுடன் வரும் வருபாந்த வெள்ளத்தினாலும் பல உயிர்கள் மடித்தான் செய்கின்றன. இந்தப் புரியாத புதிருக்கு விடை பகர மனிதன் தன் வாழ் நாடெல்லாம் முயன்று கொண்டே வருகின்றான். இன்றைய விஞ்ஞான வளர்ச்சியும் கூட இந்த ஒன்றிற்குத்தான் தகுந்த விடைபகர முடியாமல் திகைத்து நிற்கின்றது. நாம் ஏன் மரணிக்க வேண்டும்?

கிறிஸ்துவின் உயிர்ப்புத் திருநாள் உலக வரலாற்றிலே தம் பதித்த ஒரு நாள் மட்டுமன்று. அது உலக வரலாற்றையே மாற்றியமைத்த ஒரு நாளுமாகும். மரணத்தின் பிடியிலிருந்து விடுபட முடியாது தத்தளித்த மனுக்குலத்திற்கே, மரணத்தை வென்று மறுவாழ்வு அளித்த மாபெரும் தினமாகும். மரணத்தோடு வாழ்வு முடிவடைந்து போவதில்லை, மாறாக மரணம் உயிர்த்தெழுந்த புதிய வாழ்வை நமக்குத் திறந்து விடும் வாயில் என்ற நற்செய்தியை நமக்குப் பறைசாற்றிக் கொண்டிருக்கும் ஒன்றாகும். இவ்வாறு மனித வாழ்விற்கே அர்த்தம் அளிக்கும் நாளாய் இயேசுவின் உயிர்ப்புத் திருநாள் அமைகின்றது.

மரணம் பாவத்தின் விளைவு என்று புனித திருத்தூதர் பவுல் அடிகளார் கூறுகின்றார். மனிதன் என்று பாவத்திற்குத் தன்னை அடிமைப் படுத்தினானோ அன்றே அவனது வாழ்வை மரணம் கழிந்து கொண்டது. இவ்வாறு ஆதி மனிதன் மட்டுமல்ல மனுக்குலமே மரணத்திற்கு அடிமைப் பட்டதாகிவிட்டது. இந்த அடிமைத்தனத்தில் இருந்து நம்மை விடுவிக்கவே இயேசுக்கிறிஸ்து இவ்வுலகிற்கு வந்தார். அவர் பாவம் தவிர்ந்த மற்றனைத்திலும் நம்மைப் போல் ஒருவராய்

இருந்தும், பாவத்தின் விளைவான மரணத்திற்குத் தம்மை உட்படுத்தி, அந்த மரணத்தில் இருந்து உயிர்த்தெழுந்த செயலினால் மரணத்திற்கே சாவு மணியடித்தார். அவருடைய உயிர்ப்பினால் நாமும் மரணித்து உயிர்த்தெழுமோம் என்ற நம்பிக்கையை நமக்களித்துள்ளார். இந்த நற்செய்தியையே இன்றைய உயிர்ப்புத் திருநாள் நமக்குணர்த்தி நிற்கின்றது.

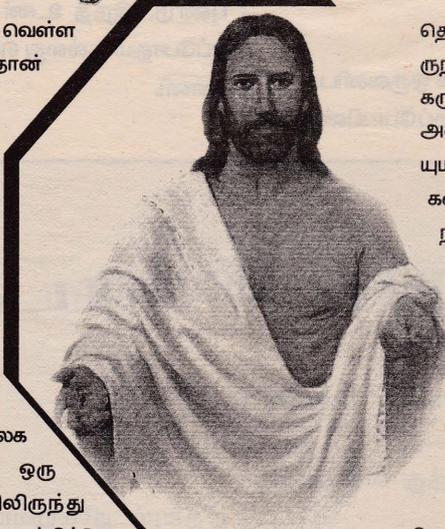
இந்த உயிர்ப்பானது திருமுழுக்கின் போது நமது இதயத்திலே ஒரு வித்தாக விதைக்கப்படுகின்றது. அது பாதுகாக்கப்பட்டு, வளர்க்கப்பட்டு, வாழ்வோடு இணைக்கப்பட்டு நாளும் பொழுதும் வேரூன்றிப் பாரிய ஒரு விருட்சமாக நம்மில் உருவெடுக்க வேண்டும். மனிதர்கள் வயதில் வளர வளர தம்மைப் பீடித்துள்ள பல வகை அடிமைத்தனங் களிலிருந்தும்

விடுதலையடையும் போது புதுப்புது உயிர்ப்புநிலைகள் நம்மில் உருவாகின்றன.

பாவத்தின் தடயங்கள் இல்லா தொழுகின்றன. சுயநலப் போக்குகளிலிருந்து நாம் விடுபடுகின்றோம். பிறர்நலம் கருதும் சகோதரர்களாய் மாறுகின்றோம். அன்பு, அமைதியும், கடவுளின் கருணையும், இரக்கப் பெருக்கும் நம் உடைய மற்றவர்களை அடைகின்றன. தியாகப் பண்புகள் நம்மில் மோலோங்கிநிற்கும் வாய்ப்புகள் நமக்குக் கிடைக்கின்றன. நாமும் புதிய பார்வை கொண்டவர்களாய், ஒரு புதுப் படைப்பாக மாறுகின்றோம். இவைகள் எல்லாம் இயேசுவின் உயிர்ப்பில் நாம் பெறுகின்ற பங்குகளாகும். இந்த உயிர்ப்புகளின் உச்சக் கட்டமே இயேசுவோடு அவரது சிலுவை மரணத்தில் நாம் நமது சொந்த மரணத்தினால் பங்கு பெறுதலும் அதன்பின் அடைய

விருக்கும் புரண உயிர்ப்பு நிலையுமாகும். ஏற்கனவே நாம் அடைகின்ற உயிர்ப்புகளெல்லாம் வரவிருக்கும் இவ்விறுதி உத்தானத்தின் முன்னடையாளங்களே. கிறிஸ்தவ விசுவாசம் நமக்கு அளிக்கும் நம்பிக்கை இதுவே யாகும்.

நீங்களும் இந்த உயிர்ப்பு நிலைகளிலெல்லாம் பங்கு கொண்டு, உருமாற்றம் பெற்றுப் புதுப் படைப்புக்காளாகி, புதியதோர் சமுதாயத்தை உருவாக்கும் உத்தமர்களாய்த் திகழ வேண்டுமென இந்நாளில் ஆசி கூறுகின்றேன். உயிர்த்தெழுந்த ஆண்டவர் இயேசுவிடம் மன்றாடுகின்றேன். அவர் அளிக்கும் அமைதி உங்கள் உள்ளங்களிலும் இல்லங்களிலும் இன்றும் என்றும் இருப்பதாக!



நாட்டில் நலவும் சூழ்நிலை சம்பந்தமாக கிறிஸ்தவர்களின் கடப்பாடு



அத் வணக்கத்துக்குரிய அத் மேற்றாணையர் மற்றும் இலங்கை மேற்றாணையர் சம்போளையானது, சமரதானம் வேண்டி தொடர்ந்து சேவிக் கவும் செயல்படவும் கத்தேரல் க்க கர்க்கு அழைப்பு வீந்த்துள்ளமைய

கத்தேரல் க்க உயர்ப்பீடத்தீன்பரலான கனத்தூடன் இத்தரல் குற்ப்பீட வீலும்புகறேரம்.

இவ்வீடயம் சம்பந்தமரக கரலத்துக்ககரலம் வெளியீட்ப்பீட பலதர்ப்பீட கூற்றுக்களில் முன்வைக்கப்பட்டுள்ள கனத்துக் களை நரம் முழுமையரக ஆமேர்த்க்கன்றேரம்.

அத் வணக்கத்துக்குரிய அத் மேற்றாணையர் மற்றும் இலங்கை மேற்றாணையர் சம்போளையானத் தீன் வழி கர்ப்பீடதீன் கீழ் பலதர்ப்பீட ஆன்மீக மற்றும் மனவரற்றல் வரளர்க்கும் தீ கழ்வுகளை நடர்த்துவதற்கு நரம் உத்தேசத் துள்ளேரம்.

பல்கு தந்தையரீன் ஆசீகுடனும், வழி கர்ப்பீடதலுடனும் பீன்வரும் ஆன்மீக பயற்சீநதற்களை நடர்த்தவும் உஊக்கத் துடன் பல்குபற்றவும் வீசுவரகளை உற்சரகப் படுத்த்தும் பூஉல்களை நரம் பீக்க ஆவலுடன் கீட்டுக்களர்கின்றேரம்.

1. சமாதானம் பீவண்டி விபீசட திருப்பலிகள் நடர்த்துதல்.
2. திருமணத்தீயானம் மற்றும் சீசபமரலை ஒப்புக்களகாடுத்தல் பீபானீறன.
3. ஒவ்வொரு பூ சீசப்பலியீன் பீன்னரும் நம் நாட்டீற்கு சமாதானம் பீவண்டி பீவநாயாரூக்கு சீசபம் சீசய்தல் (கீழமை நாட்கள் உட்பட)
4. சிறு குழக்களாகவும், வீடுகளிலும், திருப்பலி, தீயானம் மற்றும் பீவநாகம வரசிப்பு பீபானீறவற்றில் ஈடுபடல். பீமலும் பீவந தாயாரீன் வழிபாடுகளான சீசபமரலை, பீராரீந்தனை, சமாதானக் சீசபம் பீபானீறவற்றில் ஈடுபடல்.
5. பராகுத்தான சுவரரரட்டீகள் மற்றும் துண்டுப் பீரசரங்களை வெளியிடல்.

“இம்மரநீலம் கண்டீரராத சாதனைகளை சீசபத்தால் சாதக்க இயலும்”

எல்லாம் வல்ல தந்தையாகிய இறைவனிடம் வேண்டுமோம்.

“உமது இரரச்சீயம் வருக, உமது சீத்தம் வீண்ணுலகல் செய்யப்படுவதுபீல மண்ணுலகலும் செய்யப்படுவதாக”

நாம் ஆண்டவராகிய இயேசுகிறிஸ்துவீன் அருளுரைகளீற்கேற்ப தேவ இரரச்சீய விழுமியங்களீன்படி வாழுவோமரயீன் எமது வீண்ணப்பங்களுக்கு நிச்சயம் பதில் கிடைக்கும்.

“தேவனீன் உன்னத மக்மைக்கு எம்மையே அர்ப்பணப்பீமாம்”

-தீத், சமரதானம், ஒப்பரவுக்கரன இலங்கை இயக்கல்

உழைப்பினால் உயர்வோம்

- அருட்தந்தை நவாஜி -

“வயலில் உள்ள மணிகள்
எங்கள் வியர்வை தந்த கணிகள்
வட்டமிடும் நிலத்துக்கும்
திட்டமிடும் தொழிலுக்கும்
சட்டமிட்டு உரிமைகள் பெறுவோம்
உலகம் முழுவதும் தொழிலுள்ள
உழைக்கும் மக்கள் இணைவோம்”

(கவியரசு கண்ணதாசன்)

பாட்டாளிகளின் சிறப்புத் தினம் இது. பார்சன்ஸ், ஸ்பைஸ், ஏக்கல், .பிஷேர் என்ற நான்கு தொழிலாளிகள் 1886ம் ஆண்டு மே மாதத்தில் தூக்கிலிடப்பட்டதன் விளைவு வேலை நேரம் 17 மணி நேரத்திலிருந்து 08 மணி நேரமாக்கப் பட்டது. பணி செய்ய 08 மணி நேரமும், குடும்பம், சமுதாயம் பார்க்க 08 மணி நேரமும், தனி ஓய்வு, உணவு மேற்கொள்ள 08 மணி நேரமும் எனவா யிற்று. எனவே,

உழைப்பின் மேன்மையையும் தொழிலாளர்களின் மகத்துவத்தையும் உணர்ந்து பார்க்கும் நாள் தொழிலாளர் தினம். உழைப்பின் ஊதியம் குடும்பத் தேவைக்கும், பாதுகாப்பான எதிர்காலத்திற்கும், உதவுவதாக இருக்க வேண்டும். மேலும் உழைக்க நல்ல சூழலை அமைத்துக் கொடுக்க வேண்டிய கடமையையும் நினைவுறுத்தும் நாள். இன்று திருச்சபை புனித வளனாரைத் தொழிலாளராக எடுத்துக்காட்டி மகிமைப்படுத்துகின்றது. அவர் அன்றாட தேவைகளுக்காக நேர்மையாக உழைத்தவர். தன் மகன் இயேசுவுக்கும், உழைப்பின் மேன்மையைக் கற்றுக் கொடுத்தவர்.

உழைப்பு மனிதரின் தாகத்தையும், தேடல்களையும் தணிக்கின்றது. ஆனால் தேடல்களில் சிறந்த தேடல் இறைத்தேடல். எனவே உண்மையான உழைப்பு நம்மை



இறைவனிடமிருந்து பிரித்து விடக்கூடாது. அது சமுதாயத்திற்கும், மற்றவர்களுக்கும் இடறல் தரக்கூடாது. மாறாக மனித மதிப்பீடுகளுக்கு முக்கியத்துவம் தந்து, மனித உயிரைப் பாது காக்க வேண்டும்.

மறைந்த முன்னாள் திருத்தந்தை இரண்டாம் அருள் சின்னப்பர் கூறுகின்றார். “உன் பணியை அன்பு செய், உன்னுடன் பணி செய்பவரையும் அன்பு செய்”

இறைவனே முதல் தொழிலாளி நாம் அவரின் உடன் உழைப்பாளிகள் என்பதை என்றுமே கவனத்தில் கொள்வோம். படைப்பின் இறைவன் அனைத்தையும் படைத்த பிற்பாடு அனைத்தும் நல்லதெனக் கண்டார். அவற்றை மனித பாவனைக்காக வழங்கினார் என்று தொடக்கநூல் கூறுகின்றது. இன்று அவருடன் கூடவே உழைக்கும் நாமும் நமது உழைப்பினால் நல்லவற்றையே புரிய வேண்டும். நாம் ஒவ்வொருவரும் புரிகின்ற தொழிலின் மேன்மையை உணர்வோம். நம் தொழில் ஊடாக பயன்பெறும் மக்களை எண்ணிப்பார்ப்போம். அத்தகைய சிந்தனையில் அடுத்தவருக்கு நன்மை விளையும் வண்ணம் நம் தொழிலை பார்த்துக் கொள்வோம். மறுபுறம் தொழிலால் பயன்பெறும் மாந்தர்கள் அனைவரும் தொழிலாளரின் மேன்மையையும், அவர்களது உரிமைகளையும் மதிப்போம். அவற்றை அவர்களுக்கு குறைவின்றி கொடுப்போம். இம் மண்ணில், உலகில் இனிய சமூகம் மலர உழைப்போம்.

எதிர்பார்ப்பு

ஈழத்திருநாட்டின்

ஏக்கப் பெருமூச்சுகள்

வானில் முட்டிமோதி

வலம்வரும் சோகநாதம்

காதில் விழும் துன்பங்கள்

காலத்தால் புளித்த பழங்கதைகள்

வாழத்தூடிக்கும் உள்ளங்கள்

வருந்திக்கேட்கும் நிலைகள் பல.

காலந்தந்த கைம்மாறா இல்லை

கடவுள் தந்த பாசி உயிர்

உலுக்குள்ளிருக்க

உரிமை இன்றி அது

தூடித்துக் கொண்டிருக்கும் நிலை

துப்பாக்கிகளெல்லாம்

தூரிதமாகப் பளபளக்கும் சாட்சிகள்

இவைகளெல்லாம்

போர் இன்னும் முடியவில்லை

என்பதற்கு சாட்சிகள்.

சுரையைக் குடைந்துவரும் லெல்கள்

வானம் பொழிகின்ற குண்டுமழைகள்

இவைகளெல்லாம் அன்று

ஓயாத யுத்தத்தின்

ஒருமித்த ராகங்கள் போலும்

மயான மேடுகளும்

பிணங்களை எரித்து

எழுந்து உயர்ந்து நிற்கும்

சாம்பள் மலைகள்

இழுந்து விட்ட அமைதிக்கு

இவைகளெல்லாம் சாட்சிகள்.

மானம் மதிப்பு மரியாதைகள்

மகிமை இவைகளெல்லாம்

என்றோ

காதில் விழுந்த வார்த்தைகள்தானா

அருட்பண் NC. அருள்வழி

இவைகள்

வாழ்க்கையில் இன்றில்லையே

இன்று

உள்ளங்கள் பொருமியழு

உணர்வுகளைத் தூண்டுகின்ற

உணர்வாளாகிவிட்ட

உருக்குலைந்த வாழ்வு பல

காலத்தை நொந்துதான்

கண்ட பலன் என்ன உண்டு.

மூர்க்கனும் முதலையும்

கொண்டது விடா

இதிலே

மூர்க்கன் யார் முதலை யார்

என்பது வேண்டாம் - நமக்கு

தீர்க்கமான தீர்வொன்று

தென்பட்டாலே நின்மதிதான்

விலைகாண முடியாத

மனித உயிர்களுக்குத்தான்

பெறுமதி இன்றிப்போனதே

விடியாத பூமிக்கு

விடிவு நாள் தேடும்

முடியாத யுத்தத்தின்

நிரந்தர முடிவு தென்பட்டால்

உள்ளங்கள் பூரித்து

ஒன்றாகக் குதூகலிக்கும்

இனங்கள் மதங்கள்

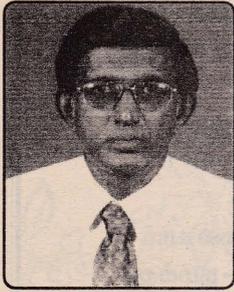
மொழிகள் எல்லாமே

பேதங்கள் மறந்து

பெருமையாய் இசையாட

சமாதானக் குரல்களெல்லாம்

சாதகமாய் அமையட்டும்.



இம்முறை தொண்டனின் சில நிமிடங்களுக்காக மட்டக்களப்பு கல்வி வலயத்தின் பிரதிக்கல்விப்பணிப்பாளர் சீரு. அகஸ்மன் மோகனதாஸ் எட்டவேட்போல் (இலங்கைக் கல்வி நிர்வாக சேவை S.L.E.A.S) அவர்களைச் சந்தித்தோம். மிகவும் எளிமை

யான, பழகுவதற்கு இனிமையான சுபாவம் கொண்ட இவர், கிறிஸ்தவ சபையொன்றைச் சார்ந்தவர்; கிறிஸ்தவ விழுமியங்கட்கு ஏற்ப வாழ முயற்சி செய்பவர்; அலுவலக நேரம் தவிர்த்த வேளைகளில் ஊழியக்காரராக பணியாற்றுவவர்; மும் மொழிகளிலும் பாண்டித்தியம் பெற்றவர்.

☞ :- உங்கள் கல்விப்பணி வாழ்க்கை பற்றி சிறிது கூறுங்களேன்.

☑ :- நான் கணித ஆசிரியராகப் பணியில் இணைந்து கொண்டேன். 1987ம் ஆண்டு இலங்கைக் கல்வி நிர்வாக சேவையில் போட்டிப்பரீட்சையில் சித்தியடைந்தேன். பின்னர் கொழும்பு பொரணை நோமன் கத்தோலிக்கப் பாடசாலையில் சில வருடங்கள் அதிபராகப் பணிபுரிந்தேன். தொடர்ந்து மட்டக்களப்பு வலயக் கல்விப்பணிமனையில் இணைந்து கொண்டேன்.

☞ :- நன்றி! உங்கள் ஆன்மீகப்பணி வாழ்க்கைப்பற்றி வாசகர்கட்கு விளக்குங்களேன்.

☑ :- உண்மையில் வேதாகமப்படி கிறிஸ்துவை சொந்த இரட்சகராக உள்ளத்தில் ஏற்றுக் கொண்டால் பல பெரிய மாற்றங்களை இறைவன் தருவார். பகுதிநேர ஊழியக்கார ராகப் பணிபுரிந்து வருகின்றேன். 'செபக்கூட்டங்களில் பிரசங்கியாகவும் பணிபுரிகின்றேன். ஞாயிற்பாடசாலையில்

பணியாற்றிய அனுபவம், இளைஞர்களுக்கான நிகழ்ச்சித் திட்டங்கள் புரிந்த அனுபவம் என்பவற்றைக் கொண்டு எனது ஊழியத்திற்குரிய காரியங்களைச் செய்து வருகின்றேன்.

☞ :- உங்களிடம் ஒரு சங்கடமான வினாவொன்று! உங்கள் அலுவலகப்பணியில் அதிகளவான ஆசிரியர்கள், பொதுமக்கள், உயரதிகாரிகள் என்போரை சந்திக்க வேண்டியவராய் உள்ளீர்கள். எனவே ஏராளமான பிரச்சினைகளுக்கும் முகம் கொடுக்க வேண்டியுள்ளவராக நீங்கள் உள்ளீர்கள் என்று அறிகின்றோம். இப்பிரச்சினைகளை எவ்வாறு சமாளித்து கையாள்கின்றீர்கள்?

☑ :- ஆண்டவரின் வழிநடத்துதல், பரிசுத்த ஆவியின் உதவி என்பனவற்றால் பயப்படாமல், இடைவிடாமல் அர்ப்பணிப்புடன் பணியாற்றக் கூடியதாய் உள்ளது. எல்லாமே இயேசுவின் வல்லமையால்தான்.

☞ :- இன்னொரு சங்கடமான வினா வொன்று! பாடசாலையில் மாணவர்கட்கு தண்டனை வழங்குவது பற்றிய சந்தேகமொன்று! முன்னைய காலத்தில் மாணவர்கட்கு பாடசாலைகளில் தண்டனை, பிரம்படி வழங்குவது என்பது சர்வ சாதாரணமானது. அதனால் மாணவர்களை நெறிப்படுத்துவது இலகுவானதாக இருந்தது என்ற கருத்து ஒன்று இருந்தது. ஆனால் தற்காலத்தில் சட்டப்படியும், மனித உரிமை நிறுவனங்களின் வேண்டுகோள்களின் படியும் தண்டனை வழங்குவது நிறுத்தப்பட்டுள்ளது. இதனால் பாடசாலைகளில் ஒழுக்கக்கட்டுப்பாட்டை நிலை நிறுத்துவதில் பெரும் சங்கடங்கள் ஏற்பட்டுள்ளதாக ஒரு குற்றச்சாட்டு நிலவுகின்றதே! இது பற்றி உங்கள் பதில் என்ன?

☑ :- பைபிள் சொல்கின்றது நீதிமொழிகள் 23:13,14ல் பிள்ளைகளை தண்டியாமல் விடாதே. அவனை பிரம்பினால் அடித்தால் சாகான். அவன் அத்தமமா பாதாளத்துக்கு செல்லாது தப்புவிக்கலாம். ஆனால் சட்டம் சொல்கின்றது. அடிக்கக் கூடாது என்று. நாம் அரசாங்க ஊழியர்கள்; எனவே சட்டப்படிதான் நடக்கவேண்டும். மாணவர்களுக்கு ஆலோசனை கூறி வழிகாட்டுவதன் மூலம் அவர்களை நல்வழிப்படுத்தலாம்.

☞ :- பாடசாலை முறைமைகள், சிங்களப் பாடசாலைகள், தமிழ்ப்பாடசாலைகள், முஸ்லிம் பாடசாலைகள் எனமாற்றும் அடைந்தது இலங்கையில் இனமுரண்பாடு வலுவடைய காரணம் என்று கருத்தொன்று உள்ளதே.

அதுபற்றி உங்கள் கருத்து என்ன?

☒ :- அது உண்மைதான். ஒரு உதாரணம் சொல்வேன். நான் கொழும்பில் பணியாற்றியபோது கல்விப்பணிப் பாளராக கடமையாற்றியவர் ஒரு சிங்களவர். அவர் மட்டக்களப்பு புனித மிக்கேல் கல்லூரியின் பழைய மாணவர். அவரின் மனப்பாங்கில் எவ்விததுவேஷமோ, புறக்கணிப்போ இருப்பதில்லை. அவர் தமிழ் மக்களைப் பற்றி மிகவும் உயர்வான எண்ணம் கொண்டவர். அதற்கு காரணம் அவர் தமிழ் பிரதேசமொன்றில் கல்வி கற்றமைதான்.

☞ :- அரசாங்க பாடசாலைகளில் கிறிஸ்தவபாடம் கற்பிக்க போதுமான ஆசிரியர்கள் இல்லை என்ற குற்றச்சாட்டொன்றுள்ளதே!

☒ :- ஆம்! போதுமான கிறிஸ்தவ ஆசிரியர் நியமனங்கள் கிடைப்பதில்லை. ஏனைய பாடங்களைக் கற்பிக்கும் கிறிஸ்தவ ஆசிரியர்கள்தான் கிறிஸ்தவத்தையும் கற்பிக்கவேண்டும். “தேசிய கிறிஸ்தவ கவுன்சில்” என்னும் அமைப்பின் உதவியுடன் சொற்ப ஊதியத்துடன் ஆசிரியர்களை நியமனம் செய்தார்கள். பாடசாலைகளின் கிறிஸ்தவ கலைத் திட்டங்கள் மனித விழுமியங்களை, கிறிஸ்தவ விழுமியங்களினை வளர்க்க வேண்டும்.

☞ :- பாடசாலை வளங்களைப்பகிர்வதில் கிறிஸ்தவ பாடசாலைகள் புறக்கணிக்கப்படுவதாகக் கூறப்படுகின்றதே! அது உண்மையா?

☒ :- இல்லை, ஒருபோதும் இல்லை. வளப்பங்கீடுகள் முறையான சட்டதிட்டப்படியே இடம் பெறுகின்றன.

☞ :- பிள்ளைகளின் வளர்ப்பில், பெற்றோர்களுக்கு நீங்கள் கூறும் ஆலோசனை என்ன?

☒ :- அவர்களை கடவுள் பயத்தடன் வளர்க்க வேண்டும். அவர்களின் செயற்பாடுகளை அவதானிக்க வேண்டும். இதில் பெற்றோருக்கு பெரும் பங்குண்டு. பைபிளில் Iசாமுவேல் 3:13,14, பிள்ளைகளை ஒழுங்காக வளர்க்காத தால் எளிதில் தண்டிக்கப்படுவதனை நாம் காணலாம்.

☞ :- தற்போது பாடசாலைகளில் ஆங்கில மொழி மூலக் கல்வி நடவடிக்கைகள் ஆரம்பிக்கப்பட்டுள்ளது. இதற்கு சாதக, பாதுகாமான கருத்துக்கள் காணப்படுகின்றன. இது பற்றி உங்கள் கருத்து என்ன?

☒ :- இயலுமான பிள்ளைகள் ஆங்கில மொழிமூலம் கல்விபயிவுதல் நல்லது. உயர்கல்வி, பிரகாசமான தொழில் வாய்ப்பு என்பனவற்றிற்கு ஆங்கில மொழிமூலமான கல்வி உதவும் என்பது என் அபிப்பிராயம்.

ஈற்றில் நேரம் ஒதுக்கித்தந்த பிரதிக்கல்விப் பணிப்பாளர் திரு. ஏ.எம்.ஈ. போல் அவர்க்கு நன்றி கூறி வீடைபெற்றோம்.

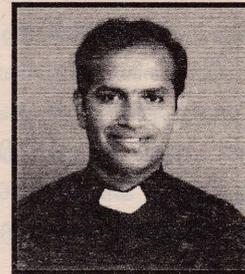
- ஆழியோன் -

சமூகத்தொடர்பு நிலைய புதிய இயக்குனர்கள்.

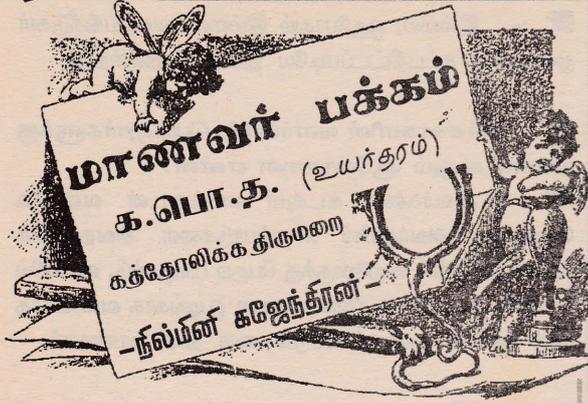


திருகோணமலை - மட்டக்களப்பு மறைமாவட்டத்தின் சமூகதொடர்பு நிலைய புதிய இயக்குனராக மட்டக்களப்பு சகாயபரம் பங்குத் தளத்தின் பங்குத்தந்தை அருட்பணி றொஹான் பேணாட் அடிகளார் பொறுப்பேற்றுக்கொண்டார். இவரிற்கு முன்பாக அருட்பணி கே.ஏ.ஜி. இரெட்ணகுமார் அடிகளார் சுமார் ஆறு வருடங்கள் சமூகதொடர்பு நிலைய இயக்குனராக அரும் பணியாற்றியுள்ளார். இவ்வேளையில் அருட்பணி கே.ஏ.ஜி இரெட்ணகுமார் அடிகளாரின் சீரியப்பணிக்கு தொண்டன் நன்றி கூறி நிற்கின்றது. அத்துடன் புதிய இயக்குனர் அருட்பணி றொஹான் பேணாட் அடிகளாரையும் வாழ்த்தி வரவேற்கின்றது.

திருத்தொண்டராக திருநிலைப்படுத்தல்



2006. ஏப்ரில் 26ம் திகதியன்று அருட். சகோதரர் பிறைனர் செலர் அவர்கள் திருத்தொண்டராக திருநிலைப்படுத்தப்பட்டார். திருகோணமலை - மட்டக்களப்பு மறைமாவட்ட ஆயர் அதி.வந். டாக்டர் கிங்ஸ்லி சுவாம்பிள்ளை ஆண்டகை அவர்கள், திருப்பெருந்துறை புனித. வளனார் சிறிய குருமடத்தில், இத்திருச் சடங்கினை நடாத்தி வைத்தார்கள்.



விடுதலைப் பயணம்.

இஸ்ராயல் மக்களின் வாழ்வில் மறக்கமுடியாததும், மிகவும் சிறப்பு வாய்ந்த நிகழ்வாகவும் காணப்படுவது. விடுதலைப்பயணமாகும்.

“எகிப்தில் என் மக்கள்படும் வேதனையைக் கண்டேன். அடிமை வேலை வாங்கும் அதிகாரிகளை முன்னிட்டு அவர்கள் எழுப்பும் குரலையும் கேட்டேன்.... எகிப்தியரின் பிடியிலிருந்து அவர்களை விடுவிக்கவுமே இறங்கி வந்துள்ளேன்” என்கிறார் நம் ஆண்டவர்

இதற்கமைய அடிமைப்பட்டு, ஒடுக்கப்பட்ட இஸ்ராயல் மக்கள் எகிப்தினின்று விடுதலை பெற்றது மீட்பு வரலாற்றில் மிக முக்கியதொரு நிகழ்வாகும். கடவுளே முன் வந்து தன் மக்களின் அடிமைத்தழைகளை அறுத்து விடுதலை வாழ்வை நோக்கிப் பயணம் செய்ய வைத்தார். தான் அவர்களுக்கு அளிக்க இருக்கும் பாலும் தேனும் நிரம்பிவழியும் வளமானதோர் நாட்டை அவர்கள் பெறுவதற்கு “மோசே” எனும் கருவியினைப் பயன்படுத்துவதைக் காண முடிகிறது.

இத் தகையதோர் பயணத்திலேயே இஸ்ராயல் மக்களை கடவுள் புதியதோர் இனமாகத் தம்மால் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட இனமாக மாற்றுகிறார். இவ்வாறு புதியதோர் இனமாய் மாற்றுவதற்காகச் சீனாய் மலையில் அவர்களோடு ஓர் உடன்படிக்கையினையும் செய்து கொண்டார். பத்துக் கட்டளைகளையும் அங்கு வழங்கினார். அவர்கள் வாழ வேண்டிய முறைகளையும் ஒழுங்கமைத்துக்

கூறுகிறார். தம் உரிமைச் சொத்தாகிய அவர்களைத் தமக்கே உரிய குருத்துவ இனமாக மாற்றினார். மேலும் தான் எப்போதுமே அவர்களோடு உடன் உறையும் மாபெரும் அடையாளமாக “உடன்படிக்கைப் பேழை” எனும் சின்னத்தையும் அவர்களுக்கு கொடுத்துத்தமது ஒன்றிப்பினை வெளிப்படுத்துகிறார். மேலும், இறைவனால் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட இஸ்ராயல் மக்கள் யாவே கடவுளை தங்கள் முழுமுதற்கடவுளாய் ஏற்றுக் கொண்டார்கள். யாவே என்பதற்கு “இருக்கிறவர் நாமே” என்பது பொருள்படும் எனவே, இறைவனின் பிரசன்னம் என்றுமே தங்களோடு இருந்ததை இப்பயணத்தில் உணர்ந்து கொள்கிறார்கள் இஸ்ராயல் மக்கள்.

இவ்வாறான பயணத்திலே இறைவன் தன் மக்களுக்கு “மன்னா” எனும் உணவையும், பாறைகளில் இருந்து நீரையும், காடைகளின் இறைச்சியையும் கொடுத்து எவ்வித குறைகளும் இன்றிப் பராமரித்து நடத்தி வந்ததைக் காணமுடிகிறது. எவ்வாறு இறைவன் அவர்களைக் குறைகளின்றி காத்துவரினும் சிறிது காலமே அவர்கள் பிரமாணிக்கமாய் இருப்பார்கள். பின்னர் இறைவனை விட்டு விலகிப் போவார்கள், மீண்டும் இறைவாக்கினர்கள் மூலம் மனந் திருந்தி இறைவன் பால் வருவார்கள் இவ்வாறு மேடும் பள்ளமும், மேடும் பள்ளமுமாய் இருந்தது இந்த மக்களின் வாழ்க்கைமுறை. இவ்வாறு எபிரேயர்களான இஸ்ரோயேல் மக்களின் எகிப்திய வாழ்வில் கடவுள் கொண்ட ஈடுபாட்டையும், அதனால் அவர்களுக்கு ஏற்பட்ட விடுதலை அனுபவத்தையும் விவிலிய நூலின் பழைய ஏற்பாட்டிலே விடுதலைப் பயண நிகழ்வாக குறித்துக் காட்டுகிறார் ஆசிரியர். இத்தகைய பயணமானது இஸ்ராயல் மக்கள் வாழ்வில் என்றுமே மறக்க முடியாத உண்மையைச் சித்தரிக்கும் ஓர் நிகழ்வாகும்.



இறைவனால் ஏற்படுத்தப்பட்ட விவாகமானது கிறிஸ்துவால் திருவருட்சாதனமாக உயர்த்தப்பட்டது. “இறைவன் இணைத்ததை மனிதன் பிரிக்கக்கூடாது” எனக் கூறினார் இயேசு பெருமான். மணமக்களுக்குக்கிடையிலிருக்கவேண்டிய அன்பைக் கிறிஸ்து

அன்பின் கிறிஸ்தவ குடும்பம்.

பெற்றோருக்கும் ஆசிரியர்களுக்கும் மதிப்பளிப்பது உன்னதமான செயலாகும். அது கலாசாரப் பண்புமாகும். ஆனால் சமூகத்தில் பரவிச்செல்லும் உலகியல் எண்ணங்கள் காரணமாகப் பெற்றோரைத் துச்சமாக மதித்து நடக்கின்ற பிள்ளைகள் இன்று காணப்படுகின்றனர். பெற்றோருக்கும் பிள்ளைக்குமிடையே புரிந்துணர்வும், நல்லுறவும் இருந்தால், குடும்பவாழ்வால் சமூகமே அழகுபெறும்.

திருமணம் எனும் திருவருட்சாதனத்தால் உருவாகுவது கிறிஸ்தவ குடும்பமாகும். ஆண், பெண் இருவரது அன்பினால் ஏற்படுத்தப்படும் ஒப்பந்தத்தால் உருவாவது. அந்த ஒப்பந்தத்திற்கு விசுவாசமாக இருப்பதன் மூலம் கிறிஸ்தவ குடும்பத்திற்கு இறையாசீர் கிடைக்கிறது. உலக ஆரம்பத்தின் போதே திருமணம் உருவானது. மனிதன் தனிமையாய் இருப்பது நல்லதன்று என நினைத்த கடவுள் “அவனுக்குத் தகுந்ததுணையை உருவாக்குவேன்” என்றார். தொடக்க நூல் 2:18

இவர்கள் இருவரும் இருவரல்லாமல் ஒருவராவதால், ஒருவரையொருவர் புரிந்துகொண்டு, இன்பத்திலும், துன்பத்திலும் உதவி செய்ய வேண்டும் என்பது ஒப்பந்தத்தில் உறுதி செய்யப்பட்டுள்ளது. பழகிப் பெருகி மண்ணுலகை நிரப்புங்கள் (தொடக்க நூல் 1:28) எனக்கூறி ஆணையும் பெண்ணையும் ஆசீர்வதித்தார். இறைவன் வாழ்வைப் பாதுகாக்கும் உன்னத பணியையும் மனிதனிடம் ஒப்படைத்தார். இப்பொறுப்பை நிறைவேற்றுவது கிறிஸ்தவ குடும்பத்தின் சிறப்பாகும்.

❖ கிறிஸ்தவ குடும்பத்தில் அன்புப்பிணைப்பு

இறை - மனித அன்பின் உறவு, கிறிஸ்துவுக்கும் திருச்சபைக்கும் இடையிலுள்ள உறவின் அடையாளமாகும். கிறிஸ்து திருச்சபைக் காகச் சிலுவையில் நிறைவு செய்த உயிர்ப்பலியில், கிறிஸ்தவ குடும்பத்தின் அன்புப் பிணைப்பு முழுமை பெறுகிறது.

திருச்சபை மீது காட்டும் அன்புக்குச் சமனாக்கியுள்ளார். இதிலிருந்து திருமணம் பரிசுத்தமாகவும், உன்னத நிலையிலும் இருக்க வேண்டுமென்பது தெளிவாகிறது. எனவே மணமக்கள் ஒருவருக்கொருவர் விசுவாசமாக இருந்து நிலையான இலட்சியத்துடன் குடும்பத்தைக் கட்டியெழுப்புகின்றனர். இந்த வாழ்வில் விவாகரத்து என்பது முடியாத ஒன்று எனக் கிறிஸ்துவின் படிப்பினைகள் சாட்சிபகர்கின்றன. லூக்கா 16:18 இவ் “தன் மனைவியை விலக்கிவிட்டு வேறொரு பெண்ணை மணப்பவன் எவனும் விபச்சாரம் செய்கிறான். கணவனால் தள்ளப்பட்ட பெண்ணை மணப்பவனும் விபச்சாரம் செய்கிறான்” என இயேசு குறிப்பிடுகிறார்.

❖ அன்பின் உடற்கூலி கிறிஸ்தவ குடும்பம்

அன்பால் உருவாகும் குடும்பம் ஒரு சிறு சமூகமாகும். அன்பற்ற குடும்பம் ஒரு சமூகமாகாது. திருமணம் எனும் திருவருட்சாதனத்தில் தூயாவியார்தம் அன்புப் பிணைப்பின் கொடைகளை வழங்குகிறார். இது மணமக்களுக்குக் கிடைக்கும் வாழ்க்கைக் கட்டளையாகும். அக்கொடைகள் உடல், உள, ஆன்ம ரீதியாக வழிகாட்டுவன. ஒருவருக்கொருவர் அன்பு செய்து, ஆதரவு வழங்க இதன்மூலம் முடிகிறது.

பிள்ளைகள் பெற்றோருக்கு அன்பு, மரியாதை, கீழ்ப்படிவு, ஆகியவற்றைக் காட்டி நல்ல தொரு கிறிஸ்தவ குடும்பத்தை உருவாக்குவதில் பங்கேற்க வேண்டும். அன்பை அடிப்படையாகக் கொண்ட கிறிஸ்தவ குடும்பம் தியாக சிந்தை, பிறர் நலம், மன்னிப்பு, ஒற்றுமை போன்ற பண்புகளைக் கொண்டு அமைய வேண்டும்.

❖ அன்பின் உன்னத பரிசான பிள்ளைகள்.

பிள்ளைகள் இறைவனின் கொடைகள். அவர்களின் உடல், உள, ஆன்ம வளர்ச்சிக்காக உழைக்கும் பொறுப்பு பெற்றோரிடம் ஒப்படைக்கப்படுகிறது. பிள்ளைகளுக்குத் தாய்ப்பாலினூடாகக் கிறிஸ்தவ விசுவாசம் ஊட்டப்படுகிறது.



R. ஸ்ரான்லி பிரபாகரன்

**பள்ளைகளின் வளர்ச்சியும் விருத்தியும்
(Growth and Development of Children)**

இம் முறையும் மனக்கோலத்துக்கான உளவியல்துறை சார்ந்த ஒரு கட்டுரையை அருட்சகோதரி யோசவ்வா யோசவ் அவர்கள் தருகின்றார்கள். Developmental Task என்னும் தலைப்பிலான இக்கட்டுரை ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் முக்கியமானது. நாம் மற்ற மனிதர்களோடு பழகுகின்றோம். சிலவேளைகளில்தான் அவர்கள் நமது வயதை, பால்நிலையை ஒத்தவர்களாகக் காணப்படுகின்றனர். நாம் பழகும் பலர் வெவ்வேறு வயதுடையவர்களாகக் காணப்படுகின்றனர். ஏன் நமக்கு மிகவும் நெருக்கமான குடும்பத்தை எடுத்துக் கொண்டால் அதிலே உள்ள அங்கத்தினர் வெவ்வேறு வயதுடையவர்களாகவும் நடத்தை வேறுபாடு, மனவெழுச்சி வேறுபாடு உடையவர்களாகவும் உள்ளனர். இந்நிலையில் மற்றவர்களைப் புரிந்துகொண்டு நல்லுறவை வளர்க்க இக்கட்டுரை உதவும். மறுபுறம் குறிப்பிட்ட வயதில் குறிப்பிட்ட பண்பு வளரவில்லை என்பதற்காக அவரை நமது உறவில் இருந்து விலக்கிவிடாமல் அவர் அத்தகைய பண்பில் வளர உதவுவதும் எமது கடமையாகும், என்பதையும் இக்கட்டுரை வேண்டி நிற்கின்றது.

வகித விருத்தி Vணி (Developmental Task)

மனித சமுதாயத்தின் ஒவ்வொரு வளர்ச்சி நிலைகளிலும் காணப்படும் திறமை, ஆற்றல், எதிர் பார்க்கப்படும் பணிகள் விருத்திப்பணி எனப்படும். எதிர் பார்க்கப்படும் பணிகள் சில எழுதப்பட்டவையாக இருக்கலாம். (Law அல்லது Rules). சில எழுதப்படாதவை யாகவும் இருக்கலாம். இந்த நியமம் (Norms) சமுதாயத்துக்குச்

சமுதாயம் மாறுபடலாம். (eg. கல்வி நிலை, ஒழுக்கமுறை, நடத்தை). குறிக்கப்பட்ட கால எல்லையுள் எதிர் பார்க்கப்பட்ட விருத்திப்பணிகளை செய்யும் ஆற்றல் குறைவாக இருப்பின் வாழ்க்கையில் பாதிப்பு ஏற்படும்.

விருத்தி Vணியை ஆளுல் கரணிகள்

1. முதிர்வு
 2. கலாச்சார பழக்க வழக்கங்கள்.
 3. ஒருவரின் பெறுமதியும் குறிக்கோளும்.
 4. மனப்பாங்கும் நடத்தையும்.
- விருத்திப்பணிக்கு இடையூறாக இருப்பவை.

1. பொருளாதார கஷ்டம்.
2. உடல் ஆரோக்கியம் குன்றுதல்.
3. சந்தர்ப்பமும் சூழலும்.
4. அறிவுக்குறைவு.

**மனித வாழ்க்கை வட்டத்தின் வளர்ச்சிப்படிகள்.
(Stages of Development)**

பிறப்பு முதல் இறப்பு வரை மனிதன் தொடர்ச்சியான மாற்றங்களுக்கு உட்படுகிறான். மனித வளர்ச்சியில் ஏற்படும் மாறுதல்களை ஆராயும் போது வளர்ச்சியை பல நிலைகளில் பிரித்து உளவியலாளர்கள் ஆராய்ந்தனர். இந்நிலைகள் வளர்ச்சிப்படிகள் (Stages of Development) அல்லது வளர்ச்சிக் கோலங்கள் (Pattern of Development) எனப்படும். மனித வளர்ச்சி எனும் போது உடல் வளர்ச்சி (Physical Growth), உளவளர்ச்சி (Mental Growth) புலனுணர்ச்சிவளர்ச்சி (Emotional Growth) சமூக வளர்ச்சி என்பன அடங்குகின்றன.

மனித வாழ்வை 2 விதமாக பிரிக்கலாம்.

1. பிறப்பின் முன் கருப்பையில் வாழ்க்கை (Embryonic life/ foetal life)
2. பிறந்த பின் உலக வாழ்க்கை.

1. பிறப்பின் முன் கருப்பையில் வாழ்கை கருக்கட்டலின் போது ஆரம்பிக்கும் வாழ்கையானது embryonic life எனப்படும். இதில் 1-6 கிழமைகளில் முனையவிருத்தி நடைபெறுகிறது. 12 கிழமைகளில் பாலுறுப்பு, 16ம் கிழமை தசை, நரம்புத் தொகுதியும், 30 கிழமைகளில் மற்றும் உடலுறுப்புக்கள் வளர்ச்சியடைந்து 40 கிழமைகளில் முழு வளர்ச்சியடைந்து, தலை தாயின் இடுப்பின் குழிக்குள் இறங்கி பூமியில் பிறக்க ஆயத்தமாகிறது. 40 கிழமைகளில் கருப்பை வாழ்க்கை முடிவடைகிறது.

2. பிறந்த பின் மனித வாழ்க்கை.

1. குழந்தைப் பருவம் (Infant)
0 - 1 Year
2. குறுநடை போடும் பருவம் (Toddler)
1 - 3 years
3. பள்ளிமுன்பருவம் (pre - school)
3 - 6 years
4. பாடசாலை பருவம் (schoolage)
6 - 12 years
5. பருவமடையும் பருவம் (puberty period)
12 - 15 years
6. இளமைப்பருவம் (Adolescence)
15 - 18 years
7. இளம் பருவம் (Young Adult)
18 - 40 years
8. நடுவயது (Middleage)
40 - 60 years
9. முதுமைப் பருவம் (Oldage)
60ற்கு மேல்.

1. குழந்தைப் பருவம் (0 - 1 வயது)

✧ உடல் வளர்ச்சி (Physical Development)

பிறக்கும் போது 2.5 - 3 கிலோகிராம் எடையும் 50 சென்ரி மீற்றர் நீளமும் உடையதாக இருக்கும். ஆறு மாதத்தில் பிறந்த நிறையைப் போல இரண்டு மடங்காகவும் காணப்படும். 4 மாதத்தில் தலையை நிமித்தவும், 6 மாதத்தில் உட்காரவும், 9ம் மாதத்தில் தவமுவும் தொடங்கும். 10ம் மாதத்தில் தளபாடங்களை பிடித்து நடக்கவும், 12-14ம் மாதங்களில் பிறர் உதவியின்றி நடக்க ஆரம்பிக்கிறது.

✧ புலனுணர்ச்சி வளர்ச்சி (Emotional Development)

குழந்தைப் பருவத்தில் குழந்தையின் தேவைகள், உணவு, நித்திரை, அரவணைப்பு போன்றவையே. இத்தேவைகளை நிவர்த்தி செய்யும் முகமாகவே குழந்தையின் அசைவும் இருக்கும். குழந்தைகள் தமது மன எழுச்சிகளை, அசைவு, அழுகை மூலம் வெளிக் காட்டுவர். 1- 1/2 மாதத்தில் குழந்தை தாயின் முகத்தைப் பார்த்து சிரிக்க ஆரம்பிக்கிறது. இச்சிரிப்பு தாய், சேய் பாசப் பிணைப்பிற்கு பலத்தை அளிக்கிறது. குழந்தை ஐம்புலன் மூலம் சூழலைக்கற்றுக் கொள்கிறது. வாயினால் மட்டும் திருப்தியை பெறுகிறது. இந்த திருப்தியை முக்கியமாக தாய்ப்பாலை உறிஞ்சிக் குடிப்பதன் மூலம் அவர்கள் பெறுவதுமல்லாமல் இது தாய், சேய் உறவிற்கு பாலமாகவும் அமைகின்றது. குழந்தைகளின் தேவைகள் பூர்த்தி செய்யப்படும் போது, நம்பிக்கை வளர்கின்றது. நம்பிக்கை குழந்தையின் வளர்ச்சிக்கு அத்திவாரமாகின்றது. நம்பிக்கை அவநம்பிக்கையாக மாறும் போது அதிருப்தி அடைகின்றது.

குழந்தைகளின் தேவைகளான அன்பு, அரவணைப்பு, நல்ல சூழ்நிலை என்பன சரிவர அமையும் போது உலகத்தை அன்பான இடமாக உணருவதுடன் நல்ல சமூகமான மனப்பான்மைகளை வளர்க்கத் தொடங்குவர். அந்நிய சூழலில் வளர்க்கப்படும் குழந்தைகளை விட சாதாரண குடும்ப சூழலில் வளர்க்கப்படும் குழந்தைகள் நல்ல மன உடல் வளர்ச்சியை காட்டுகின்றன.

✧ மொழி வளர்ச்சி

குழந்தைகள் பலவிதமான ஓசைகளை எழுப்புவர். பல்வேறு விதமான மழலை சொற்களை சொல்ல முனைவர். பிறர் கதைப்பதை பாவனை செய்ய ஆரம்பிப்பர். அனேகமாக பேசும் சொற்களின் எண்ணிக்கை கூடும். முதலில் பெற்றோர் சொல்லும் பொருள்களோடு தொடர்புபடுத்துகின்றனர். குழந்தைகளின் பேச்சு தங்களுக்குள்ளேயே பேசிக்கொள்ளும் நிலையில் இருந்து (Ego - centric) தங்களது கருத்து தேவைகளை பிறருக்கு அறிவிக்கும் பேச்சு நிலைக்கு சிறிது சிறிதாக மாறுகின்றதென பியாகற் (Piaget) கூறுகிறார். குழந்தைகளின் முன்னேற்றம் அதிகமாக குடும்ப சூழ்நிலையில் தங்கியுள்ளது.

2. குழந்தை வேலை Vகுழி (1 - 3 வயது)

❖ உடல் வளர்ச்சி

இப்பருவத்தில் உடற்தசை வலுவடைகிறது. உடலியக்க வளர்ச்சியில் முன்னேற்றம் ஏற்படுகிறது. மாடிப்படிகளில் உதவியுடன் ஏறும் வல்லமை பெறுவர். கத்தரிக்கோல் கொண்டு உருவங்களை வெட்ட, பைசிக்கிள் ஓட, உணவு சிந்தாமல் சாப்பிட பழகுவார்கள் 2-3 வயதில் குடும்ப அங்கத்தவருடன் உணவு எடுக்க பழக்க வேண்டும்.

1 1/2 - 2 வயதில் குத இறுக்கி தசையின் (Sphincter muscle) கட்டுப்பாடு முற்றாக தொழிற்படுவதனால் இப்பருவத்தில் முறைப்படி மலம் கழிக்க பழக்க வேண்டும். (Toilet Training). இப்பருவத்தில் குத வழிமூலம் திருப்தியைப் பெறுகின்றனர். பெற்றோர் குழந்தையின் ஒவ்வொரு உடலியக்க செயல்களிலும் அவர்களை மெச்சி ஊக்கமளிக்க வேண்டும். உடலியக்க வளர்ச்சிக்குதவும் விளையாட்டுப் பொருட்களை பெற்றோர் வழங்க வேண்டும். தங்களது உடலுறுப்புக்கள் தங்களுக்குரியவை என்ற திருப்தியும் தங்கள் உருவத்தை கண்ணாடியில் பார்த்து சந்தோசமும் அடைவர். இப்பருவத்தில் விளையாட்டுப் பொருட்களை பிறருடன் பகிர்ந்து கொள்ள விரும்பமாட்டார்கள்.

❖ சமூக மன எழுச்சி வீருத்த

1 1/2 வயதளவில் குழந்தையின் ஆராய்வுக்கம் வளர்ச்சியடைய தொடங்கும். தம் சூழலை ஆராய தொடங்குவர். மேசை, பெட்டி போன்றவற்றிலுள்ள பொருட்களை ஆராயத் தலைப்படுவர். இவ்வயதில் தேவையற்ற விடயங்களுக்கு அடம் பிடிப்பர். உணர்ச்சிகளை வெளிப்படுத்தத் தெரியாமல் தம் செய்கைகள் மூலம் வெளிப்படுத்துவர். இருப்பருவத்தில்தான் மனவெழுச்சிகள் மகிழ்ச்சி, கோபம், பரிவு, பயம், பொறாமை போன்ற பிரிவுகளாக விரிவடைய தொடங்கும். தனிமை போன்றன பயத்தை அளிக்கும். இவ்வயதுடைய குழந்தைகளுடன் வீட்டிலுள்ள அனைவரும் அனுசரித்து நடக்க வேண்டும். அப்போது குழந்தைகளுக்கும் திருப்தி ஏற்படும். இப்பருவத்தினரின் வீட்டில் உள்ள அனைவரினதும் பேச்சுக்கள் செய்கைகள் நல்ல முறையில் இருக்க வேண்டும்.

❖ மொழிவளர்ச்சி

சிறுசிறு வசனங்களைப் பேசும் திறமையைப் பெறுவர் (ஏறத்தாழ 900 வசனங்கள்). சிறிய வசனம் கொண்ட பாட்டுகளை சொல்ல முனைவர். நிறங்களில் அக்கறை ஏற்படும். அதிகமாக 3 வயதில் நிறங்களை அடையாளம் காணுவார்.

3. 1வீளி - 1வீளி Vகுழி (3-6 வயது)

❖ உடல் வளர்ச்சி

இப்பருவம் முக்கியமான ஒரு பருவமாக கருதப்படுகிறது. இப்பருவத்தில் உயரம் ஒவ்வொரு வருடமும் 1"- 3" வளர்ச்சி அடைகிறது. சுகமான ஒரு குழந்தை பிறக்கும் போது இருந்ததை விட 5 மடங்கு நிறையைப் பெறுவர். உடல் வலிமையடையும். ஓடுதல், பாய்தல், ஏறுதல் போன்றவற்றில் நாட்டம் ஏற்படும். ஒரு வேளையில் முதிர்ச்சியற்ற ஆக்கச் செயல்களை செய்யும் குழந்தை இன்னொரு வேளையில் அழித்தல் வேலைகளை செய்யும். சமூகமனவெழுச்சி விருத்தி இந்த வயதில் ஏற்படத் தொடங்கும். கண்களையும் கைகளையும் இணைத்து பல ஆக்க வேலைகளை செய்யத் தொடங்கும். இப்பருவத்தில் ஆக்கவுக்கம் வளர ஆரம்பிக்கிறது. பல கேள்விகளை கேட்பர். பெற்றோரும் விளங்கக் கூடிய முறையில் பதில் கூறவேண்டும். அறிவு வளர்ச்சிக்கு அத்திவாரமிட வேண்டும். 5 வயது அடைய முன்பே பால் வேறுபாடுகளை கேட்க முனைவர் ௨௫- ஆண் பெண் உடலுறுப்பு, குழந்தை பிறத்தல் என்பன.

இப்பருவத்தில் மனக்கோட்டை கட்டுவர். தம்மை பிறர் போல் கற்பனை செய்வர். விளையாட்டின் மூலம் இவர்களின் கற்பனைத்திறனை அறிய முடியும். இப்பருவத்தில் தேவதை, மந்திரவாதியின் கதைகளில் ஆர்வமுடையவராக இருப்பர்.

இப்பருவத்தில் பரிசு, தண்டனை வழங்குதல் ஒரு சிறுபயனை அளிக்கக் கூடியன. உண்மை உலகுக்கும் கற்பனை உலகுக்கும் வித்தியாசம் தெரியாத பருவம். இப்பருவத்தில் பிள்ளைகள் கற்பனையில் கதைப்பவற்றை பொய் எனக் கூறக் கூடாது. உண்மைக்கும் போலிக்கு மிடையில் வித்தியாசத்தை கூற வேண்டும். இந்த வயதில் விளையாட்டு முக்கியமான ஒன்றாகும். அவர்களுடைய, உடல், உளவிருத்திக்கும், அறிவு வளர்ச்சிக்கும் விளையாட்டு முக்கிய

பங்கை வகிக்கின்றது. பொதுவாக இவர்கள் விளையாட்டு பாலைப் பொறுத்து இருக்கும். ஆண் குழந்தைகள் - ஏறுதல், பாய்தல், பந்தடித்தல், கார் ஓட்டல், துவக்கு போன்றவற்றில் ஆர்வம் இருக்கும். பெண் குழந்தையாயின் - பாவை, செல்லப்பிராணிகள் போன்றவற்றோடு விளையாடுவார்கள். குழந்தைகள் தம் வாழ்வில் காண்பவர்கள் போல் நடத்து விளையாடுவர். உ+ம் அம்மா, அப்பா, ஆசிரியர், மதகுரு. குழந்தைகளில் காணப்படும் பால் வேறுபாடும் நடத்தைகளுமே பிற்காலத்தில் ஆண் குழந்தைகளில் தகப்பனின் ஆண்மைக்குரிய பண்பையும், பெண் குழந்தைகள் தாயின் தன்மையையும் பெற அடிக்கோலாகிறது. இவ்வயதிலே குழந்தைகளின் தேவை நிறைவேற்றப்படாத போது நடத்தையில் வேறுபாட்டைக் காண்பிப்பர். இப்பருவத்திலே பெற்றோர் உண்மை, நேர்மை, அடக்கம். பெரியோரை மதித்தல், கடவுளை வணங்கல் போன்ற நல்ல பழக்கங்களையும், சுகாதாரப் பழக்க வழக்கங்களையும் கற்பிக்க வேண்டும். எனவே வாழ்க்கையில் செய்யக்கூடியவை எவை செய்யக்கூடாதவை எவை என கற்பிக்க வேண்டும்.

❖ மொழிவளர்ச்சி

இப்பருவத்தில் குழந்தைகள் மொழி மூலம் சமூக அனுபவத்தை பெறுகின்றனர். தமது விருப்பு. வெறுப்பு தேவைகள் உணர்ச்சி என்பவற்றை முற்றாக வெளிப்படுத்தும் வகையில் நன்கு பேசும்பழகுவர். 3 வயதில் தன்னையே மையமாகக் கொண்டு பேசியவர்கள் இருப்பருவத்தில் சமூகம் தொடர்பாகப் பேசுவர்.

மொழி வளர்ச்சியில் தாக்கமுள்ள காரணிகள்

1. இயற்கையிலேயே குழந்தைக்கு நுண்மதி குறைவாக இருத்தல்.
2. வீட்டிலுள்ள குடும்ப அங்கத்தவரின் எண்ணிக்கை.
3. புத்தகம், சஞ்சிகை கிடைக்கக் கூடிய வசதிகள்.
4. ஒரு வயதின் பின் பெற்றோர் மழலை மொழியில் பேசுதல்.
5. சொற்களைத் திருத்தமாக உச்சரிக்க பெற்றோர் ஊக்கமளிக்க வேண்டும்.

4. Vகுலசாலை Vகுலம் (6 -12 வயது)

❖ உடல் வளர்ச்சி

இப்பருவத்தில் உடல் வளர்ச்சியில் மந்த நிலை காணப்படும். முக என்புகள் விருத்தியடையும். நிணநீர் இழையும் கூடியளவு விருத்தியடையும். முதிர் வயதினர் போல் சில நடத்தை அமையும். எனவே இது போலி முதிர் பருவம் எனப்படும். (Pseudo Maturity) உளத்திறன் கூடிக்காணப்படும். துறுதுறு என வேலை செய்யத்துடிப்பர். பல விசயங்களை அறிய ஆவலுடையவராக இருப்பர்.

❖ சமூகமன வீருத்தி

பாடசாலைக்கு செல்ல ஆரம்பிக்கும் குழந்தைகள் தாம் பழகிய உலகிலிருந்து முற்றாக வேறு உலகிற்கு அடிவைக்கிறார்கள். வேறு பிள்ளைகளுடன் சேர்ந்து பழகநேரிடுகிறது. பிறருடன் தன்னை ஒப்பிட்டுப் பார்க்க பழகுகின்றனர். இப்பருவத்தில் தான் Self Respect வளர் ஆரம்பிக்கிறது. வெளியுலகப் பொருட்கள், நிகழ்ச்சி போன்றவற்றில் விருப்பம் ஏற்படுகிறது. வெளியுலகில் ஓடியாடி விளையாட விருப்பம் ஏற்படுகிறது. இவர்களின் இவ்வாறான ஆற்றலை பாடசாலையில் பயன்படுத்த வேண்டும். e.g- சாரணர் இயக்கம், நாடகம், கைவேலை, வீட்டுத்தோட்டம்.

இப்பருவத்தில் பாலுணர்வு உள்ளெடுக்கப் பட்டுள்ளதாக சிக்மன்ட் புரோய்ட் கூறுகிறார். இவர்கள் ஒத்த பால் உள்ளவர்களோடுதான் விளையாடுவர். நண்பர்கள் பிழை செய்யுமிடத்து காட்டிக் கொடுக்கமாட்டார்கள். பெற்றோர், ஆசிரியர் போன்ற மதிப்புக்குரியவர்களுக்கு மரியாதை கொடுத்து பழகும் பருவம்.

5. Vகுலமடையுள் Vகுலம் - இயல் வயது (12-18 வயது)

❖ உடல் வளர்ச்சி

இப்பருவத்தில் ஆண், பெண் இரு பாலாருக்கும் உடல் வளர்ச்சியில் பல வேறுபாடு காணப்படுகிறது. 2ம் தர பாலியல் உறுப்புக்கள் தோற்றுவிக்கப்படுகின்றன. பெண்கள் பூப்பெய்தலை அடையும் வயது. உயரத்திலும், எடையிலும் கூடுவார்கள். பெண்களின் மார்பகங்கள் வளர்ச்சியடைவதுடன், அக்குள், பூப்பெய்து

பகுதியில் உரோமங்கள் தோன்றத் தொடங்கும். ஆண்களிற்கு மீசை அரும்பும் அக்குள், மார்பு என்பவற்றில் உரோமங்கள் அரும்பத் தொடங்குகிறது. பொதுவாக பெண்களில் 10-12 வயதில் துரித வளர்ச்சி நடைபெறும். ஆண்களில் 12-15 வயதில் துரித வளர்ச்சி ஆரம்பிக்கிறது. ஆண்களை விட பெண்களே முதலில் முதிர்ச்சி அடைவர்.

ஓ மன எழுச்சி மாற்றம்

இப்பருவம் மன எழுச்சி நெருக்கடி நிறைந்த ஒரு பருவம். சமநிலையற்ற மன எழுச்சி நிலைக்கு உட்படுகின்றனர். சடுதியான உடல் வளர்ச்சியும் அதனைத் தொடர்ந்து ஏற்படும் பாலியல் முதிர்ச்சியும் மன எழுச்சிக்குக் காரணம் ஆகும். இவர்களின் மன எழுச்சிக்கு ஏற்றவாறு உடல் வளர்ச்சி இருக்காது. இப்பருவத்தில் கூச்ச உணர்வு கூடுதலாக காணப்படும். மற்றவர்கள் கட்டுப்படுத்துவதை விரும்பமாட்டார்கள். தமது சொந்த உணர்வு எண்ணம், முடிவுகள், செயல்கள் ஆகியவற்றுக்கு தாமே பொறுப்பாக இருக்க விரும்புவர். அவர்களுக்கு ஏற்படும் முதிர்ச்சி காரணமாக தாம் முதிர்ந்து விட்ட ஒரு நினைப்பு ஏற்படும். மற்றவர்களும் தங்களை முதிர்ச்சியடைந்த ஒருவர் என கணிக்க வேண்டும் என விரும்புவர். இப்பருவத்தில் சுதந்திர உணர்வு கூடிக் காணப்படும். இவ்வகையான உணர்வு இவ்வயதினில் பல முரண்பாடுகளை கொண்டு வரும். இவ்வயதினரை பெற்றோர் சிறுவர்களாகவே கருதுவர். இதனால் இப்பருவத்தினர் பெற்றோரை எதிர்க்கவும் அவர்களின் கட்டுப்பாட்டை மீறவும் அதிகாரத்திலிருந்து விடுபடவும் விரும்புவர். மற்றவர் குறை கூறுவது பிடிக்காது. நியாயம் கதைப்பார். நண்பர்கள் இவர்களுக்கு முக்கியமானவர்கள். நண்பர்களை வீட்டில் கூப்பிட்டு உபசரிப்பார். தமக்கென ஒரு நண்பர் கூட்டம் இவர்களுக்கு காணப்படும். 15-18 வயதில் தாம் விரும்பும் அல்லது தம் மதிப்புக்குரியவர் போல உடை உடுக்க பாவனை செய்ய (Hero worshipping) மற்றும் எல்லா வகையிலும் அவரையே பின்பற்றுவர். இது Hero worshipping அல்லது "வீரவணக்கம் செலுத்துதல்" எனப்படும். இப்பருவத்தில் ஏற்படும் மன எழுச்சிகளினால் தீடீர் முடிவெடுக்க தோன்றும்.

eg: வீட்டைவிட்டு வெளிறேல், கெட்ட நண்பர்களுடன் சகவாசம், தற்பால்காமம், தற்கொலை.

இப்பருவத்தினரில் தற்கொலை வீதம் கூடுதலாகக் காணப்படும். பெற்றோரே பிள்ளைகளுக்கு எந்தளவு சுதந்திரம் கொடுக்க வேண்டும் என தீர்மானிக்க வேண்டும். எதிர்ப்பால் கவர்ச்சி காணப்படும். இக்கவர்ச்சி பூப்பெய்தலுடன் ஆரம்பிக்கும். எனவே பெற்றோர் இந்நடவடிக்கைகளை நன்கு அவதானிக்க வேண்டும்.

இப்பருவத்தில் ஆண்கள் துப்பறிதல், மர்மக்கதைகளிலும், பெண்கள் குடும்பக்கதைகளிலும் ஆர்வம் காட்டுவர். ஆண்கள் சமூக மன்றங்களில் செல்வத்தில் நேரத்தை செலவிடுவர். பெண்கள் தம்மை அலங்கரிப்பதிலும் உடலைப் பேணுவதிலும் நேரத்தைச் செலவிடுவர். ஆசை, உணர்ச்சிகளைக் கட்டுப்படுத்த இப்பருவத்தினர் கஷ்டப்படுவர். இதன் காரணமாக சமூக சீர்கேடுகளுக்கு ஆளாக நேரிட்டு சீர்குலைவு ஏற்படலாம். பெற்றோர் இப்பருவத்திலுள்ள பிள்ளைகளுடன் நண்பர்களாகவும் ஆலோசகராகவும் இருக்க வேண்டும். ஆசிரியர் இப்பருவத்தினருக்கு வழிகாட்டிகளாக இருக்க வேண்டும்.

6. இயல்பு (18-40 வயது)

மனிதனது வளர்ச்சிப் பருவத்தில் பாதி நாட்கள் இப்பருவமாகும். இப்பருவத்தில் மற்றவர்களில் தங்கி வாழ்வதை முற்றாக வெறுப்பார். தமது தகுதி ஆற்றலுக்கேற்ப உழைக்கும் வழிகளை தேடுவர். வாழ்வில் ஒரு குறிக்கோள் இருக்கும். தன்னம்பிக்கை மிகுந்து காணப்படும். பொறுப்புக்கள் அதிகரிக்கும். பொறுப்புக்கள் அதிகரித்தாலும், உடல், உள, பலம் குன்றாது நம்பிக்கையுடன் செயற்பட்டால் இவர்கள் வாழ்வின் குறிக்கோளை இலகுவாக அடைவர். இப்பருவத்தினர் கையில் தான் சமுதாயத்தின் அபிவிருத்தி தங்கியுள்ளது. இப்பருவத்தில் உடல் ஆரோக்கியமாக இருப்பார். துணிச்சலுடன் காரியம் செய்வார். விளையாட்டு வீரர், இசைக்கலைஞர்கள் யாவரும் இப்பருவத்திலேயே அடங்குவர். இப்பருவத்தினர் அறிவுக் கூர்மை, சீரிய சிந்தனை, முடிவுகளை எடுக்கும் திறன் போன்ற உயரிய இயக்கங்களில் இவர்களின் ஆற்றல்களை ஆக்கப் பணிகளில் ஈடுபடுத்த பெரியவர்களின் ஊக்கம் வேண்டத்தக்கது.

7. தருவது (40-60 வயது)

வயோதிப் பருவத்திற்கு முதற்படியான இப்பருவத்தில் உடல் உளரீதியில் பல கஷ்டங்கள் எதிர்நோக்க வேண்டிவரும். எண்ணமும் சிந்தனையும் குடும்பம் சம்பந்தமாகவே அமையும். இதனால் சமூக சேவையில் நாட்டம் குறையும். குடும்பத்தில் ஏற்படும் கஷ்டங்கள், ஏழ்மை, பிள்ளைகளின் வருங்காலம் பற்றிய சிந்தனை என்பன உள்ளத்தைத் தாக்கும். தொழில்ஸ்தானங்களில் ஏற்படும் பிரச்சினை சக தொழிலாளியின் நய, நட்பும் உள்ளத்தைப் பாதிக்கலாம். குடும்பம் சகல நலங்களுடன் வாழ வேண்டும் என்று ஆசைப்படுவர். குடும்பத் தேவை நிறைவேற்றப்படாத போது ஏற்படும் விரக்தி மனமுறிவுகளைத் தரும். பிள்ளைகளை கல்வி திருமணம் நோக்கமாக பிரியும் போது துன்பத்துடன் சேர்ந்த இன்பம் இவர்களை வாட்டும். இப்பருவத்தில் கணவன் - மனைவி இருவரும் ஒன்று சேர்ந்து தன்குடும்பம், பிள்ளைகள், வருங்காலம் பற்றி ஆலோசிப்பர். ஒருவரை ஒருவர் விட்டுக்கொடுத்து நடப்பர். ஒருவருக்கொருவர் துணையாக ஓரிடத்திலிருக்கவே விரும்புவர். இப்பருவத்தில் உடலாரோக்கியம் குறையத் தொடங்கும்.

8. முதலில் வருவல் (60க்கு மேல்)

இப்பருவம் மனித வாழ்க்கை வட்டத்தின் இறுதிப் பருவமாகும். இவ்வேளையில் உடல் உள தொழிற்பாட்டில் மந்த நிலை காணப்படும். உடல் நலிவுறும். கண்பார்வை மங்கும். காது கேட்காது. இனப்பெருக்க உறுப்பு நலிவுறும். Hormon மட்டத்தில் மாற்றம் ஏற்படும். தசை நலிவுறும். தோலில் சுருக்கம் விழும். எலும்பு இலகுவில் முறிவடையும். நித்திரை இன்றி கஷ்டப்படுவர். மலச்சிக்கல் காணப்படும். இலகுவில் கோபம் ஏற்படும். சுயநலவாதிகளாக காணப்படுகின்றனர். முதுமை காரணமாக மற்றவரில் தங்க நேரிட்டு விட்டதே, வேலையிலிருந்து ஓய்வு பெற்று விட்டோமே என்ற கவலை காரணமாக விரக்தி

ஏற்படும். தலைமைப் பீடம் பறிபோய் விட்டதே என்ற கவலை காணப்படும். நடத்தையில் குழந்தையின் இயல்பு காணப்படும். இப்பருவத்தில் இவர்களின் துணை இழக்கப்பட்டிருந்தால் கவலை வாட்டும். தேவைகள் பூர்த்தியாக்கப்பட்ட போதும் திருப்தியடையமாட்டார்கள். குறை கூறுவர். கடந்தகால வாழ்க்கையில் திருப்தியைப் பெறுவர். இறப்புக்கு ஆயத்தமாக இருப்பர். சொத்து களை வருங்கால சந்ததிக்கு அர்ப்பணிக்க விரும்புவர். கூடுதலான நேரத்தை கடவுள் வணக்கம். சமூக தொண்டுகளில் செலவிடுவர். கடந்த கால வாழ்க்கையில் நடைபெற்ற இன்ப நிகழ்ச்சிகளை மீட்டுப்பார்ப்பதிலும் அதை மற்றவர்களுக்குச் சொல்வதிலும் சந்தோசமடைவர். இவ்வாறான சந்தர்ப்பத்தில் வீட்டிலுள்ள மற்றையவர்கள் செவி சாய்க்க வேண்டும். கிடைக்கும் பொருட்களை ஒன்று சேர்க்கும் பழக்கம் காணப்படும். (Hoarding) தமது பொருட்களை குறித்த ஒரு இடத்தில் வைப்பர். தம்மை மற்றவர் மதித்து மூப்பிற்குரிய இடத்தை அளிக்க வேண்டும் என விரும்புவர். இவர்களின் கொள்கை, கட்டுப்பாடு இளம் வயதினருக்கு கோபத்தை ஏற்படுத்தி இருவருக்கு மிடையே முரண்பாடுகளை தோற்றுவிக்கும். இளம் வயதினர் இவர்களது ஆலோசனைகளைக் கேட்டு நடப்பது அவசியம். இவர்களின் முதுமையை மனதில் கொண்டு வீட்டிலுள்ள அனைவரும் பராமரிப்பளிக்க வேண்டும். இவர்களின் உணவு, உடைச்சுத்தம் என்பவற்றில் குடும்ப அங்கத்தவர் அக்கறை காட்ட வேண்டும்.

கட்டுரை ஆசிரியர்

அருட்சகோதரி - யோசவ்வா - யோசவ்
(திருச்சிலுவைக் 'கன்னியார் சபை')
சிரேஷ்ட விரிவுரையாளர்/ தாதியர்
பட்டப்படிப்பு
கிழக்குப் பல்கலைக்கழகம் - மட்டக்களப்பு.



**ஆண்களைத் தாக்கும்
புரொஸ்டேற் வீக்கம்.**

இன்று உலகில் அறுபது வயதுக்கு மேற்பட்ட ஆண்களில் மூன்றில் ஒருவர் இந்நோயால் பாதிக்கப்பட்டிருப்பதாக ஆய்வுகள் கூறுகின்றன. இதனைச் சிறுநீர் அடைப்பு என்று சாதாரணமாகக் கூறுவர். பொதுவாக ஐம்பது வயதுக்கு மேற்பட்ட ஆண்களை இந்நோய் தாக்கி துன்பப்படுத்துகிறது.

புரொஸ்டேற் என்பது ஆண்களுக்கு மட்டுமே உள்ள ஓர் உறுப்பு. இதனைத் தமிழில் சுக்கிலச்சுரப்பி என்று கூறுவர். இது சிறுநீர்ப்பையும் சிறு நீர்த்தாரையும் சந்திக்கும் இடத்தில் உள்ளது. ஏறத்தாள 20 கிராம் எடையுடையது. ஐம்பது வயதுக்குப் பிறகு இச்சுரப்பியிலிருந்து சுரக்கும் திரவம் குறைவத் தொடங்கும். அப்போது ஏற்படும் மாற்றங்களால் அது அளவிலும் பருமனிலும் வித்தியாசப்படுகிறது. சுரப்பியின் நடுவில் உள்ள திசுக்கள் அளவில் பெருக்கத் தொடங்கும்போது சுரப்பி வீக்கம் உண்டாகிறது.

புரொஸ்டேற் சுரப்பி வீங்கும் பொழுது அது சிறுநீர்த்தாரையை அழுத்துகிறது. சிறுநீர்த்தாரைக் குள்ளும் குறுக்கிடுகிறது. இதனால் சிறுநீர் கழிப்பதில் சிக்கல்கள் உண்டாகின்றன. அத்துடன் சிறுநீர்ப்பையின் அடியில் உள்ள திறந்து மூடுதன்மை பாதிக்கப்படுவதால் சிறுநீர் அடைப்பு உண்டாகிறது. இதனால் பல்வேறு பாதிப்புகள் உண்டாகின்றன. அடைப்பு ஏற்படும்போது சிறுநீர்ப்பை அதிக அளவில் சுருங்கியும் விரிந்தும் சிறுநீரை வெளியேற்ற முயற்சிக்கிறது. இந்நிலை நீடிக்கும் போது சிறுநீர்ப்பையின் தசைகள் இதற்கு ஏற்றாற்போல் பெருத்து உறுதியாகி விடுகின்றன. இவற்றுக்கு இடையினுள்ள மென்மையான தசைகள் வெளிப்புறமாகப் பிதுங்கி பைபோலாகி

விடுகிறது. இவற்றில் தங்கும் சிறுநீர் வெளியேறாமல் தேங்கிவிடுகிறது. தேங்கிய சிறுநீரில் கிருமிகள், கற்கள் உருவாவதோடு புற்றுநோயும் ஏற்பட வாய்ப்பாகிறது. அதுமட்டு மன்று, சிறுநீர் அடைப்பு தொடரும் போது சிறுநீர்ப்பைக்கு பின்புற அழுத்தத்தால் சிறுநீரகத்திலிருந்து சிறுநீரைக் கொண்டுவரும் குழாய்கள் விரிகின்றன. சிறுநீரகத்தின் பகுதிகளும் விரிகின்றன. இதனால் சிறுநீரகத்திலும் பாதிப்பு ஏற்படும்.

நோயின் அறிகுறிகள்.

சிறுநீர்ப்பாதையில் அடைப்பு ஏற்படுவதால் சிறுநீர் மெல்லியதாகவும், விட்டு விட்டும், மெதுவாகவும் செல்லும். அடிக்கடி சிறுநீர் கழிக்க வேண்டி ஏற்படும். சிறுநீர் கழித்தாலும் எஞ்சியிருப்பது போன்றும் இன்னும் போகவேண்டும் போலும் இருக்கும்.

சிறுநீரில் கிருமிகள் சேர்ந்தால் நீர் செல்லும் போது எரிச்சல், வலி இருக்கும். இரத்தம், வழுவழுப்பானதிரவம் சிறுநீருடன் கலந்துவரும். வெளியேறாமல் தங்கும் சிறுநீரின் அளவு 700 மில்லி வற்றரைத் தாண்டிவிட்டால் முழு அடைப்பு ஏற்பட்டு வலி உண்டாகும். அப்போது குழாய் மூலமே சிறுநீரை வெளியேற்ற வேண்டிவரும். சிறுநீர்ப்பையில் சிறுநீர் ஒரு லீற்றருக்கு மேல் தங்கினால் வலி தெரியாது. இந்த நிலை தொடருமானால் கட்டுப்பாட்டை இழந்து சிறுநீர் தானாகவே வெளியேறத் தொடங்கிவிடும். இதனால் சோர்வு, இரத்தக்குறைவு, இரத்த அழுத்தம், மூச்சுவாங்குதல் போன்ற பாதிப்புகள் ஏற்படும்.

பரிசோதனைகள்.

நோயின் அறிகுறிகள் அவதானிக்கப்பட்டால் உடனே மருத்துவரிடம் செல்வது நல்லது. பொது ஆய்வின் மூலமும், குதவழி ஆய்வின் மூலமும் நோயின் தன்மை, வகை, புரொஸ்டேற்றின் அளவு போன்றவை ஆராயப்படுகிறது.

இரத்தப் பரிசோதனையின் மூலம் இரத்தத்தில் யூரியா, கிரியாற்றின் அளவைப் பார்ப்பதன் மூலம் சிறுநீரகம் சீராக வேலை செய்கிறதா என்பதைத் தெரிந்து கொள்ளலாம். மேலும் வயிற்

றுப்பாக்கத்தில் எக்ஸ்டிரே எடுத்துப் பார்ப்பதன் மூலம் சிறுநீரகம் மற்றும் சிறுநீர்ப்பையில் கற்கள் உள்ளனவா என்பதையும் அறிந்துகொள்ளலாம்.

சிகிச்சை என்ன?

நோய் ஆரம்ப நிலையில் உள்ளவர்களும் நுரையீரல், இருதயப்பாதிப்பு உள்ளவர்களும் மாத்திரைகள் மற்றும் மருந்துகளை எடுக்கலாம். ஆங்கில மருத்துவத்தில் பிரசோசின், டேரசோசின், டாம்லுலோசின் போன்ற மாத்திரைகள் கொடுக்கப்படுகின்றன. இவை பக்க விளைவுகளை ஏற்படுத்தக் கூடியதால் மருத்துவரின் ஆலோசனைப் படியே எடுக்கப்பட வேண்டும். ஆயினும் இது தற்காலிகமானதுதான். அறுவை சிகிச்சையே இதற்கு முழுமையான தீர்வு. இரண்டு விதமான அறுவை சிகிச்சைகள் இந்நோய்க்குச் செய்யப்படுகின்றன.

- அ. திறந்த புரொஸ்டேட் அறுவை
- ஆ. புரொஸ்டேட் லேசர் கதிர்மூலம் தீர்த்தல்.

புரொஸ்டேட் புற்றுநோயாக இருந்தால் அதற்கு வேறுவிதமான ஆய்வுகளும், சிகிச்சையும் அளிக்கப்படும்.

ஹோமியோபதிச் சிகிச்சை.

ஹோமியோ மருத்துவத்தில் அறுவை சிகிச்சை இன்றி நோயைக் குணமாக்கக் கூடிய மருந்துகள் உள்ளன. நோயின் ஆரம்ப நிலையிலென்றால் சுலபமாகக் குணப்படுத்திவிடலாம்.

- * சிமாபில்லா அம்பலாட்டா.
- * காலி பைக்ரோமிகம்
- * காஸ்டிகம்
- * சபால் செருலேட்டா
- * லைக்கோபோடியம்
- * அசிட்பொஸ்
- * பவோ - போன்ற மருந்துகள்.

ஹோமியோபதி மருத்துவத்தில் உள்ளன. நோயின் குறிகளை ஆராய்ந்து சரியான வீரியத்தில்

மருந்துகளைக் கொடுப்பதன் மூலம் அறுவை சிகிச்சை இன்றி புரொஸ்டேட் வீக்கத்தைக் குணப்படுத்தலாம். மருந்துகள் எடுக்கும்போதே கூடவே சில ஆசனப்பயிற்சிகளையும் சில அக்கியூபிரசர் பயிற்சிகளையும் செய்வதன் மூலம் விரைவாக நோயைக் குணப்படுத்தலாம். நோய் வராமலும் தடுக்கலாம். “ரெய்கி” எனப்படும் கொடு சிகிச்சையும் நோய் குணமாவதைத் துரிதப்படுத்தும்.

ஆசனப்பயிற்சிகள் சில.

பத்ராசனம், குய்யபாதாசனம், கூர்மாசனம். பார்கவகோனாசனம் வீரியஸ்தம்பனா சனம், பச்சிமோத்தானாசனம், ஹலாசனம், சக்கராசனம், போன்றவற்றுடன் சர்வாங்காசனம், சிரசாசனம் போன்றவற்றையும் கண்டிப்பாகச் செய்ய வேண்டும். இத்துடன் கைகளிலும் பாதங்களிலும் உள்ள புரொஸ்டேட், சிறு நீரகம், சிறு நீர்ப்பை, பாலுறுப்பு, சோலார்பிளக்ஸ், பிட்யூட்ரி, தைரொய்ட் போன்ற வற்றைக் குறிக்கும் புள்ளிகளை காலையிலும், மாலையிலும் அழுத்தம் கொடுத்து விலக்குவதன் மூலம் அவற்றின் செயற்பாடுகளைச் சீராக்கி விரைவில் நோய்க்குணமடையச் செய்யலாம். ஒழுங்கான கூட்டு மருந்துவழிமுறை மூலம் நோய்களை விரைவில் குணப்படுத்த முடியும் என்பதை தற்போது மருத்துவ உலகம் ஏற்றுக் கொண்டுள்ளது.

புரொஸ்டேட் நோய்வராமல் தடுக்க சில

ஆலோசனைகள்.

1. போதிய அளவு நீர் பருகாதல்
2. அளவு மீறாத உடலுறவு.
3. முறையற்ற பாலியல் நடவடிக்கைகளைத் தவிர்த்தல்.
4. சிறு நீரை அடக்காமல் வெளியேற்றாதல்
5. உடல் பயிற்சிகள் மற்றும் ஆசனப்பயிற்சிகள்
6. உணவில் வாழைத்தண்டு, வாழைப்பூ மற்றும் நாாச் சத்துள்ள உணவுகளை அதிக அளவில் சேர்த்துக் கொள்ளாதல்.

சிறுவர்களுக்கு
மட்டும்

முடிவத்திகதி
15 - 06 - 2006



விவிலியம் கற்போம் - 47

(விடுதலைப் பயணம் 25: 1-39)

(பொருத்தமான சொற்களைத் தெரிந்து கிடைவெளிகளை நிரப்புக)

ஆண்டவர் மோசையை நோக்கி இஸ்ரவேல் மக்கள் காணிக்கை கொண்டுவருமாறு நீ அவர்களோடு பேசு. நீங்கள் அவர்களிடமிருந்து காணிக்கைகளாகப் பொன்,, வெண்கலம், சித்திம் மரம், எண்ணெய், நறுமண வகைகள், பன்னிற மணிவகைக் கற்கள் போன்றவற்றைப் பெற்றுக்கொள்ளுங்கள். நான் அவர்கள் நடுவில் தங்க ஒரு அமைக்கப்பட்டும். சித்திம் மரத்தால் அவர்கள் ஒரு பேழை செய்யட்டும். அதன் நீளம் இரண்டரை முழம், அகலம் ஒன்றரை முழம், உயரம் ஒன்றரை முழமாக இருக்கட்டும். அதன் மேலெங்கும் மூடுவாய். உள்ளும் புறமும் வேய்ந்திருவாய் அதைச் சுற்றிலும் ஒரு பொன் தோரணம் பொருத்திடுவாய். நான்கு பொன் வளையங்களை வார்த்து, இரு வளையங்களை ஒரு பக்கத்திலும் மறுபக்கத்திலுமாக அதன் நான்கு கால்களோடும் பொருத்து. சித்திம் மரத்தால் தண்டுகள் செய்து அவற்றையும் பொன்னால் மூடுவாய். பேழையைத் தூக்கிச் செல்லும்படி பக்கங்களிலுள்ள வளையங்களில் தண்டுகளை மாட்டிவைப்பாய். தண்டுகள் பேழையிலுள்ள வளையங்களில் மாட்டப்பட்டிருக்கட்டும். அங்கிருந்து அவை கழற்றப்படலாகாது. நான் கொடுக்கும் பேழையினுள் வைப்பாய். பசும்பொன்னால் இரக்கத்தின் இருக்கை ஒன்றை அமைப்பாய். அதன் நீளம் இரண்டரைமுழம், அகலம் ஒன்றரை முழமாக இருக்கட்டும். இரு பொன் செய்து இருக்கையின் இருபக்கங்களிலும் அடிப்பு வேலையாக அமைப்பாய். ஒரு புறத்தில், ஒரு கெருபும் மற்றொரு பக்கத்தில் மற்றதுமாக அமைக்கவேண்டும். அக்கெருபுகள் மேனோக்கி விரித்தவாறும், இருக்கையை இறக்கைகளால் மூடியவாறும் இருக்கட்டும். கெருபுகளின் முகங்கள் ஒன்றையொன்று நோக்கியவாறும், இருக்கையைப் பார்த்தவாறும் விளங்கட்டும். பேழையின்மேல் இரக்கத்தின் இருக்கையைப் பொருத்து. அதிலிருந்து நான் உன்னோடு பேசி, இஸ்ரவேல் மக்களுக்கான கட்டளைகள் அனைத்தையும் கொடுப்பேன். சித்திம் மரத்தால் ஒரு மேசை செய் என முன் இம் மேசைமேல் எப்பொழுதும் "திருமுன்னிலை அப்பம்" வைப்பாயாக. அத்துடன் ஒரு விளக்குத் தண்டையும் மலையில் உனக்குக் காண்பிக்கப்பட்ட முறைப்படி செய் என்றார்.

விடைகள்:- இரக்கத்தின், கற்பலகைகளை, இறக்கைகளை, கெருபுகளை, வெள்ளி, உனக்கு, தூயகம், பசும்பொன்னால், பேழையின், இருவளையங்களை

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

பரிசுப் போட்டி

அறிவுவை வளர்ப்போம் - 47

(சரியான சொற்களின் கீழ் அடிக்கோடிடுக)

1. அண்மையில் நடந்து முடிந்த பொது நலவாய நாடுகளின் விளையாட்டுப் போட்டியில் அதிக பதக்கங்களை வென்ற நாடு.
(அவுஸ்ரேலியா / அமெரிக்கா / இந்தியா)
2. சர்வதேச கிரிக்கட் டெஸ்ட்போட்டித் தொடர்களிலிருந்து ஓய்வு பெற்றுள்ள இலங்கையின் துடுப்பாட்டவீரர்.
(மாவன் அத்தப்பத்து / குமார்சங்ககார / சனத்ஜெயசூரிய)
3. தம்பியுடையான்
(ஆபத்துக்கஞ்சான் / சண்டைக்கஞ்சான் / படைக்கஞ்சான்)
4. சுதந்திர இலங்கையின் முதலாவது அரசியல் சட்டத்தை உருவாக்கியவர்.
(J.R. ஜெயவர்த்தனா / சோல்பரிபிரபு / கொல்வின் ஆர் டி சில்வா)
5. அட்டாங்க யோகங்களில் ஒன்று
(ஆசனம் / வைத்தியம் / ஜோதிடம்)
6. உம்மைத் தொகை என்பது
(வளர்மதி / தாய்தந்தை / சிறியவீடு)

பெயர் :

முகவரி :

அனுப்பவேண்டிய முகவரி:

விவிலியம் கற்போம் / அறிவை வளர்ப்போம் - 47

தொண்டன்

அ.பெ. எண் 44

மட்டக்களப்பு.



விவிலியம் கற்போம் - 45 விடைகள்

முன்றாம், கார்மேகம், பாளையத்திலிருந்து, தீச்சூளையிலிருந்து, இடி முழக்கத்தில், இறங்கி, ஆண்டவரை, சீனாய்மலை, ஆரோனுடன்.

அறிவை வளர்ப்போம் - 45 விடைகள்

- 1) ஏழு
- 2) தாராசிங்
- 3) அகலிகை
- 4) உயர்வு நவீர்சி அணி
- 5) முடவனுக்குக் கோபம்
- 6) தலைவலி

போட்டியின் இரு பிரிவுகளுக்கும் விடை அளித்து இசை நாடா பரிசு பெறுவோர்.

- ▶ விசுவாசம்பிள்ளை நிலுஷிக்கா
31, பாரதி வீதி
தாண்டவன் வெளி
மட்டக்களப்பு
- ▶ அ. றஞ்சினிதேவி
183B, சொறிக்கல்முனை
அன்னைபுரம்
சம்மாந்துறை

போட்டியின் ஒரு பிரிவுக்கு மட்டும் விடை அளித்து ஐம்பது ரூபா பரிசு பெறுவோர்.

- ▶ கி. டிலானி
38, இரத்தினம் வீதி
கருவேப்பங்கேணி
மட்டக்களப்பு
- ▶ R. நிரோஷி
127/4, மேவில்ட் ஒழுங்கை
கொட்டாஞ் சேனை
கொழும்பு -13

பாராட்டுப் பெறுவோர்

- ▶ றெஜினோல்ட் கெஷியன்
நொறேஞ்சலா
291/17, ஏகாம்பரம் வீதி
திருகோணமலை.
- ▶ செ. றொபட் ஜெக்சன்
மின்சாரநிலைய வீதி
முதுார் -7

போட்டியில் பங்குகொண்ட அனைவருக்கும் எமது நன்றி. (ஆ - 9)

கேற்றிள் கலந்துவரும்...

இலங்கை வானொலி தேசிய சேவையில்
கத்தோலிக்க நிகழ்ச்சிகள் - தமிழ்
மே/ஜூன் - 2006

கத்தோலிக்க நற்சிந்தனைகள்
காலை 6.10 மணி

நாள்:	17, 18, 19	- அருள் சகோதரர் . ஜெபமாலை செல்வநாயகம்
	27, 28, 29, 30	- அருள் சகோதரர். பிறைனர் செலர்
	31, 01, 02	- அருள்தந்தை. மொறாயஸ்
	10, 11, 12, 13	- M. செல்வராணி
	14, 15, 16	- ஸ்ரான்லி பிரபாகரன்
	24, 25, 26, 27	- திருமதி. புவனேஸ்வரி அகுஸ்தின்
	28, 29, 30	- அருள்தந்தை. அன்டனி ஜெயராஜ்

புதிய உலகம் - (வளர்ந்தோர் நிகழ்ச்சி)
மாலை 6.30 மணி

நாள்:	07
	21
	04
	18

சீருவர் உலகம், சீருவர் நிகழ்ச்சிகள்
மாலை 6.30 மணி

நாள்:	09
	23
	06
	20

நிகழ்ச்சித் தொகுப்பு : மலர்ஜேந்தன்

தொகுப்பு : சமூகத்தொடர்பு நிலையம்
அ.பெ. எண் - 44,
மட்டக்களப்பு.