Free Circulation Germany-England-Swiss
ஆடி July.2019

வெற்றிமணி
Vettimaniy
Successful Publishing 25 Years in Europe
ESTD 1950
பிரதம ஆசிரியர் கலாநிதி மு.க.சு.சிவகுமாரன் B.F.A

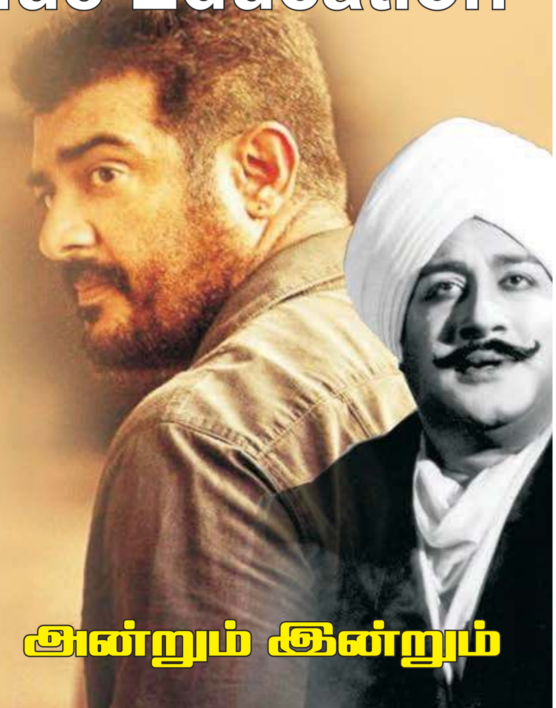
தமிழர் தாயகத்தை ஆக்கிரமிக்க புதிய யுக்திகள்

வெற்றிமணி 275 வது இதழ்

ஆண்மை என்று நாம் எதனை நினைக்கிறோம்

Parents' Role in Value Education

Dr.IN



S.K.SILKS GOLD PARAADISE
அசத்தலான ஆடைத் தெரிவுகளுடன்
கம் காமாட்சி அம்பாள் ஆலய வளாகத்தில்
எமது அதிரடி மலிவு விற்பனை
07.07.2019
மூன்று நிறங்கள் இதில் இரண்டு எடுத்தால் 50 €
விபரம் 29 பக்கம்
Mr.P.Sritharan.Proprietor
Tel:0231 9501 647
Adler str 33 - 44137 Dortmund

MITCHAM (UK) செல்வராஜா U.K
Selvaraja Gold House & Textiles

T.T.S.Brothers GmbH&Co.KG
RHEINISCHE STR 52
44137 DORTMUND
Tel:0231 819288
Germany
Page.12

Gopara Gnanam GMBH
Tel: Mob:0171 330 6542

StaR-Impex
Kipper Str.03
44147 Dortmund/ Germany
Tel:0231 860 26 96
S.39

வெற்றிமணிக்கு தினம் தினம் திருநாளே!

தினம் தினம் திருநாளே ஒரு நீண்ட பயணத்தின் சுவடுகளை நோக்கும்போது நமக்கு இன்றையவிட நேற்று அழகுள்ளதாக இருக்கும். இன்றும் அழகுதான் என்பதனை நாளை நமக்கு உணர்த்தும்.
வெற்றிமணியின் 25 வருடப்பயணத்தில் பல அழகியதருணங்கள். தாயகத்தில் வெற்றிமணி சிறுவர்மாத இதழாக ஆரம்பிக்கப்பட்டது 1950 ஆம் ஆண்டு. அதனை யேர்மனியில் 2000 ஆண்டு பொன்விழாவாகவும், 2010 ஆம் ஆண்டு மணிவிழாவாகவும் கொண்டாடியது.

தற்போது 2019 ஆண்டு வெற்றிமணி யேர்மனியில் ஆரம்பித்து தனது 25 வருட நிறைவை வெள்ளிவிழாவாகக் கொண்டாடுகிறது (1995-2019)

அடுத்தவருடம் வெற்றிமணி தாயகத்தில் ஆரம்பித்து 1950-2020) 70 வருடங்கள் ஆகிறது. வாழ்க்கைப் பயணத்தில் வசந்தங்களை எண்ணி மகிழ்வோம். எதிர்மறைச் சிந்தனைகளைத் தவிர்ப்போம். அதனால்தான் கூறினேன் தினம்தினம் திருநாளே என்று.

வாசகரதும் வர்த்தக ஸ்தாபனங்களதும் படைப்பாளிகளதும் மகத்தான ஆதரவில் நீண்டு ஒலிக்கிறது வெற்றிமணி.

இன்று உங்களில் கைகளில் மலரும் வெற்றிமணி 275 வது இதழ். பூரிப்போடு படியுங்கள்.

என்றும் தமிழுடன்
மு.க.சு.சிவகுமாரன்.

வெற்றிமணி விழா 1995
ஓவியா வெளியீடு

வெற்றிமணி வழங்கிய
வெற்றி நிலா முற்றம்
2003
கவிஞர்.வி.கந்தவனம்,மு.க.சு.சிவகுமாரன்,
அதிபர்.பொ.கனகசபாபதி

வெற்றிமணி விழா 2008 .பாரதி கலைக்கூடம்- கனடா

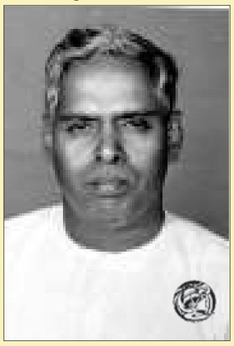
மூத்த ஊடகவியலாளர்
ஆ.சிவநேசச்செல்வன்

வெற்றிமணி மணிவிழாவில்
பிரதம விருந்தினராக
எனது அன்னை
2000

வெற்றிமணி

தமிழ் எங்கள் உயிருக்கு மேல்

ஓசை 275



ஆரம்பம்:1950

ஸ்தாபகர்

அமரர் மு.க.சுப்பிரமணியம்

(முன்னாள் அதிபர்: குரும்பசிட்டி பொன்.பரமானந்தர் வித்தியாலயம்)

பிரதம ஆசிரியர்

"ஓவியக்கலைவேள்"

கலாநிதி

மு.க.சு.சிவகுமாரன் B.F.A.

Chief Editor:

Dr.M.K.S.Sivakumaran B.F.A.

Brinker Höhe.13
58507 Lüdenscheid
Germany
Tel: 02351/45 88 62
0163 199 2 333

e-mail: vettimaniy@hotmail.com

"வெற்றிமணிமொழி"

தோல்வியைக் கண்டு அஞ்சுபவர்களிடமிருந்து வெற்றி தானாகவே விலகிச்செல்கிறது

பத்திரிகை வடிவம்

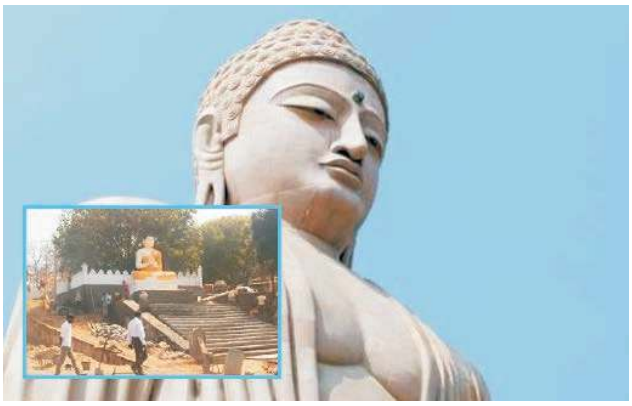
சிவகுமாரன் சஞ்ஜீவன்.B .Eng (Hons)

Sanje:07824 61 83 83

Vettimaniy Ltd

Company No: 8876276

தமிழர் தாயகத்தை ஆக்கிரமிக்க புதிய யுக்திகள்



- கொழும்பிலிருந்து ஆர். பாரதி -

கடந்த 16 ஆம் திகதிதான் முல்லைத்தீவு மாவட்டத்தில் பரபரப்பை ஏறபடுத்திய அந்த நிகழ்வு இடம்பெற்றது. அன்று பொசான் பௌர்ணமி தினம்!

தென்பகுதியிலிருந்து 3 பஸ்களில் அழைத்துவரப்பட்ட சிங்களவர்களும், பிக்குகளும் நீராவியடிப் பிள்ளையார் கோவில் முன்றலில் ஆர்ப்பாட்டம் செய்தார்கள்.

கொழும்பு, அநுராதபுரம், வெலிஓயா பகுதியிலிருந்து மூன்று பஸ்களில் அழைத்துவரப்பட்ட சிங்களவர்களும், பிக்குகளுமே இவ்வாறு ஆர்ப்பாட்டத்தில் ஈடுபட்டனர். படையினரின் ஆதரவுடன் பிக்குகளால் கொண்டு சென்று இறக்கப்பட்ட இவர்கள் ஆப்பாட்டத்தில் ஈடுபட்டது அந்தப் பகுதியில் மீண்டும் அச்ச நிலையை ஏற்படுத்தியிருக் கின்றது. தமிழ் மக்களுடைய நிலங்களை ஆக்கிரமிப்பதில் அவர்கள் உறுதியுடன் இருப்பதையும் இந்தச் சம்பவம் உணர்த்தியிருக்கின்றது.

நீராவியடிப் பிள்ளையார் கோவிலுக்கு அருகில் புத்தர் சிலை கட்டப்பட்ட விவகாரம் சர்ச்சையை ஏற்படுத்திக் கொண்டிருக்கும் நிலையில், தமது உரிமைக் கோரிக்கை க்கு மேலும் வலுச் சேர்க்கும் வகையிலேயே இந்த ஆர்ப்பாட்டத்தை பிக்குகள் ஏற்பாடு செய்திருந்தனர்.

இந்தப் பின்னணியல் வடக்கில் சிங்கள மயமாககல் இப்போது எப்படி நடைபெறுகின்றது என்பதைச் சுருக்க மாகப்பார்ப்போம்.

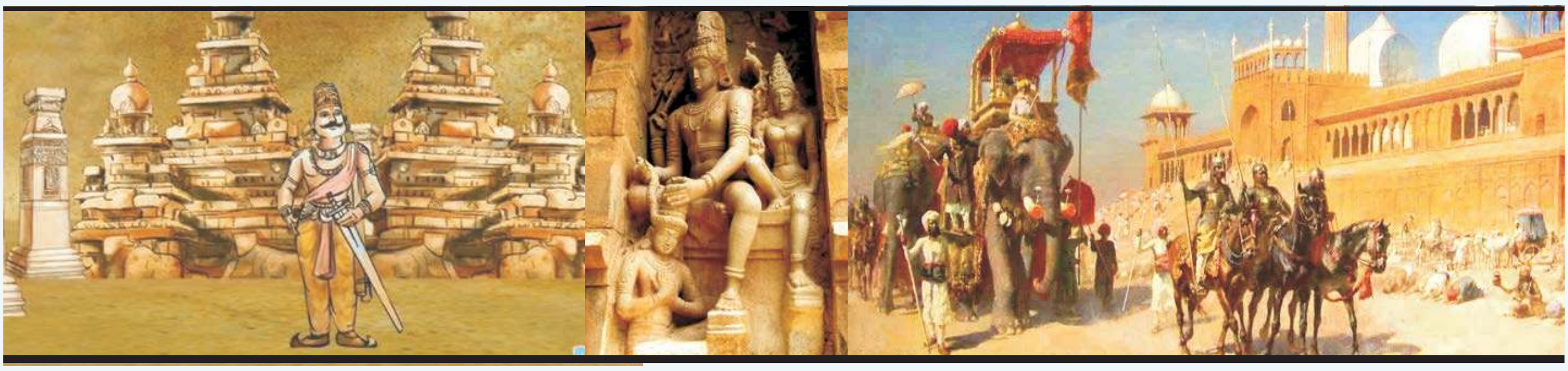
அரசாங்கம் மட்டுமன்றி, அரசாங்க நிர்வாக இயந்திரமும் கூட பௌத்த - சிங்கள மயமாக்கல் என்ற நிகழ்ச்சி நிரலுடன்தான் செயற்படுகின்றது. 1947 இலிருந்து நடைபெறும் சம்பவங்களே இதற்குச் சான்று. டி.எஸ்.சேன நாயக்கவினால் 48 இல் ஆரம்பிக்கப்பட்ட கல்லோயா குடியேற்றத் திட்டத்திலிருந்து தற்போது முல்லைத்தீவு, நீராவியடிப் பிள்ளையார் கோவிலில் பகுதியில் நடை பெறும் சம்பவங்கள் வரையில் அனைத்துமே ஒரே இலக்கைக் கொண்டவைதான். அதாவது, சிங்கள பௌத்த மயமாக்கல். தமிழ் மக்களுக்கான தாயகக் கோட்பாட்டை இல்லாதொழித்தல் என்பதுதான் இந்த இலக்குகள். அந்த இலக்குகளில் அவர்கள் முன்னோக்கிச் சென்று கொண்டுதானிருக்கின்றார்கள்.

ஆரம்பத்தில் நீர்ப்பாசனத் திட்டங்கள் என்ற அடிப்படை யில்தான் சிங்களக் குடியேற்றங்கள் முன்னெடுக்கப்பட்டன என்பது உங்களுக்குத் தெரியும். அதனால்தான் மகாவலியே எமக்கு வேண்டாம் என சொல்லும் நிலைக்கு நாம் தள்ளப்பட்டோம். அரச இயந்திரத்துக்கு இதில் ஒரு பிரச்சினை இருந்தது. நீர்பாசனத் திட்டங்கள், அபிவிருத்தித் திட்டங்கள் இடம்பெறாத பகுதிகளில் சிங்களக் குடியேற்றங்களை முன்னெடுப்பதானால் என்ன செய்வது என்பதுதான் அந்தப் பிரச்சினை. அந்தப் பிரச்சினைக்கு அவர்கள் கண்டுள்ள தீர்வுதான் தொல்பொருள் பகுதியாக ஒரு பகுதியைப் பிரகடனம் செய்து அதனை சிங்கள மயமாக்குவது. தொல்பொருள் திணைக்களம் இதனைத்தான் இப்போது செம்மையாகச் செய்கின்றது.

தொல்பொருள் திணைக்களம் மத்திய அரசின் கட்டுப்பாட்டில் உள்ள ஒன்று. இதன் நிர்வாக சபையில் 32 உறுப்பினர்கள் இருக்கின்றார்கள். அவர்கள் அனைவருமே சிங்களவர்கள்தான். தொல்பொருள் முக்கியத்துவம் வாய்ந்த பகுதியாக ஒரு இடம் கருதப்பட்டு அது குறித்த வர்த்தமான அறிவித்தல் வெளியிடப்பட்டால், அந்தப் பகுதியைப் பேணிப் பாதுகாப்பதற்கும், ஆய்வுகளை மேற்கொள்வதற்கான அதிகாரம் அந்தத் திணைக்களத் துக்கு வழங்கப்படும். சட்டத்தில் உள்ள ஏற்பாடு இது மட்டும்தான். வடக்கில் 337 இடங்கள் தொல்பொருள் முக்கியத்துவம் வாய்ந்த பகுதிகளாகப் பிரகடனம் செய்யப்பட்டுள்ளது. அதாவது, அங்கு பௌத்த சின்னங்கள் கண்டுபிடிக்கப்பட்டதாகத் தெரிவிக்கப்பட்டது.

அமைச்சர் மனோ கனேசன் அங்கு சென்றிருந்த போது குறிப்பிட்ட பிக்கு, ஆவேசத்துடன் பேசியதை தொலைக்காட்சியில் பார்த்தோம்.

தொடர்ச்சி 37 ம் பக்கம்.



கலாநிதி பால சிவகடாட்சம்

அன்று மன்னர்கள் பிறந்த திகதியை பிறந்தநாளாகக் கொண்டாடவில்லை!

இற்றைக்கு இரண்டாயிரம் ஆண்டுகளுக்கும் மேலாகத் தமிழகத்தை ஆண்டுவந்த மன்னர்களும் பெரும் குடிமக்களும் தமது பிறந்த நாளைப் பெருவிழாவாகக் கொண்டாடி வந்துள்ளார்கள். எனினும் இவர்களது பிறந்த நாள் இன்று நாம் வழக்கமாகக் கொண்டாடும் பிறந்த மாதத்தையும் தியதியையும் (தியதி என்பதே சரியான தமிழ்: தியதி காலப்போக்கில் திகதியாக மாறிற்று) அடிப்படையாகக் கொண்டதல்ல. நம் முன்னோர்கள் தமது பிறந்த நட்சத்திரத்துக்கே அதிக முக்கியத்துவம் கொடுத்தார்கள். இந்தியாவின் பண்டைய காலக்கணிதர் சந்திரன் பூமியைச் சுற்றிவரும் விண்வெளிப்பாதையை இருபத்தேழு நட்சத்திர மண்டலங்களாகப் பிரித்து அடையாளப்படுத்தியிருந்தனர். அச்சுவினி தொடக்கம் ரேவதி வரையிலான இந்த இருபத்தேழு நட்சத்திரக் கூட்டங்களையும் நாள்மீன்கள் என்று பழந்தமிழ் நூல்கள் குறிப்பிடுகின்றன.

சூரியன் உதிக்கும் வேளையில் எந்த நட்சத்திர மண்டலத்தின் அருகில் சந்திரன் காணப்படும் என்பதைக் கணித்து அந்த நட்சத்திரமண்டலமே அந்த நாளுக்குரிய நட்சத்திரமாக அதாவது நாள்மீனாக அடையாளப்படுத்தப் படுகின்றது. பௌர்ணமி நாளன்று முழுநிலவுக்கு அருகில் காணப்படும் நட்சத்திரம் அந்த மாதத்துக்குரிய நட்சத்திரமாகக் கொள்ளப்பட்டு அந்த நட்சத்திரத்தின் பெயராலேயே அந்த மாதமும் அழைக்கப்பெற்றது. உதாரணமாகக் கார்த்திகை மாதத்தின் பௌர்ணமி நாளன்று கார்த்திகை நட்சத்திரம் முழுநிலவுக்கு அருகில் காணப்படும். கார்த்திகை நட்சத்திரம். (Pleiades) (கார்த்திகை மாதம்)

தமது நாட்டு மன்னரின் பிறந்த நாள் எப்போது வரும் என்று அந்நாட்டு மக்கள் பெரும் ஆவலோடு எதிர்பார்த்துக் காத்திருப்பார்கள். அன்று பலருக்குப் பலவித மான நன்மைகள் கிடைக்க வாய்ப்புண்டு. சிறையில் அடைபட்டுக்கிடக்கும் கைதிகள் விடுதலை பெறுவார்கள். பாவலர்கள் பரிசு பெறுவார்கள். பொதுமக்களுக்குப் பலவிதமான உதவிகள் அறிவிக்கப்படும். கோயில் களுக்குக் காணிக்கைகள் வழங்கப்படும். அனைத்து ஊர்களிலும் ஏழைகளுக்கு அன்னதானம் வழங்கப்படும். புதிதாகப் போர் அறிவிக்கப்பட மாட்டாது. இந்த நாளை நாட்டுமக்கள் ஆர்ப்பாட்டமாகக் கொண்டாடி மகிழ்ந்ததில் வியப்பேதுமில்லை. பாண்டிய மன்னன் ஒருவனின் பிறந்தநாளை உற்சாகமாகக் கொண்டாடும்படி நாட்டுமக்களுக்கு அழைப்பு விடுக்கின்றார் இற்றைக்கு 1500 ஆண்டுகளுக்கு முன்னர் வாழ்ந்த ஒரு தமிழ்ப் புலவர்.
"இன்று உத்தராட நட்சத்திர நாள். தேரோடும் பாண்டிய மன்னனின் பிறந்த நாள். வீரம் செறிந்த எங்கள் மன்னனுக்கு இன்று எவர்மீதும் விரோதம் கிடையாது. சிறைக்கதவுகளைத் திறந்து விடுங்கள். யானைகளையும் தேர்களையும் இசைக்கு ஏற்ப நடனமாடும் குதிரைகளையும் ஊர்வலத்தில் விடுங்கள்." என்று போர்வீரர்களையும் பொதுமக்களையும் அழைக்கின்றார் இந்தப் புலவர்.

கண்ணார் கதவம் திறமின் களிறொடு தேர்
பண்ணார் நடைப்புரவி பண்விடுமின் நண்ணார் தம்
தேர் வேந்தன் தென்னன் திரு உத்தராட நாள்
போர் வேந்தன் பூசல் இலன்

முத்தொள்ளாயிரம் 93

சோழ நாட்டில் மன்னன் கிள்ளிவளவன் பிறந்த நாளான இரேவதி நட்சத்திரநாள் அந்நாட்டு மக்களால் பெரிய அளவில் கொண்டாடப்படுகின்றது. தங்கள் ஒவ்வொருவரினதும் சொந்த விழாவாக எண்ணி ஊர்ப்பொதுமக்கள் கொண்டாட்டத்தில் இறங்கியுள்ளார்கள். வழக்கம்போல் பலரும் பல்வேறு நன்மைகள் பெறுகின்றார்கள். ஆனால் ஒரு புலவரோ இந்த ஆர்ப் பாட்டங்களுக்கு மத்தியில் ஓர் அற்ப ஜீவனுக்கு நேர்ந்த இழப்பை யெண்ணிக் கவலைப்படுகின்றாராம்.

அந்தணர் ஆவொடு பொன்பெற்றார் நாவலர்
மந்தரம் போல் மாண்ட களிறு ஊர்ந்தார் எந்தை
இலங்கு இலை வேல் கிள்ளி இரேவதி நாள் என்னோ
சிலந்தி தன் கூடு இழந்தவாறு.

முத்தொள்ளாயிரம் 46

சிலந்தி தன் கூடு இழந்தவாறு

"ஒளிரும் இலைபோன்ற வேலை ஏந்திய எங்கள் மன்னன் கிள்ளி பிறந்த ரேவதி நாளான இன்று அந்தணப் பெருமக்கள் பசுவும் பொன்னும் தானமாகப் பெற்றார்கள். பாவலர்கள் மந்தார மலையை ஒத்த பெரும் யானைகளைப் பரிசாகப் பெற்றார்கள். ஆனால் இந்தச் சிலந்தி மட்டும் ஏன் தன் சொந்த வீட்டையே இழக்க நேரிட்டது?" என்று பாடுகின்றார் புலவர். ஆம். மன்னனின் பிறந்தநாளைக் கொண்டாடுமுகமாகப் பொதுமக்கள் தங்கள் வீடுகளைத் துப்புரவு செய்து அலங்கரிப்பதைச் சொல்லாமல் சொல்லிவைக்கின்றார் புலவர். வீட்டைத் துப்புரவு செய்பவர்கள் வீட்டுக் கூரையில் காணப்படும் சிலந்தி வலையை விட்டுவைப்பார்களா? நன்றி தமிழர்தகவல்

Bochum
Lucky Fly Reisebüro
INDIA TOUR
இந்தியாச் சுற்றுலா
இந்தியாச் சுற்றுலா
குழுக்களாகவும், தனியாகவும் செல்லலாம்.
சிறப்பான வாகனவசதிகள்
தங்குமிட வசதிகள் **** HOTELS *****HOTELS
விசாக்கள் அனைத்தும் சிறப்பாகச் செய்து தரப்படும்.
நீங்கள் விரும்பும் இடங்களை
நீங்களே தெரிவுசெய்து
எமது சிறந்த சேவையில்
மகிழுங்கள்
தாஜ்மஹால் சுற்றுலா
உங்கள் பிரயாணச் சீட்டுக்கான
பணத்தை தவணைமுறையில் கட்ட
வங்கிக் கடன் பெற்றுத்தரப்படும்!
5,000 € முதல் 10,000€ வரை
Mob:No: 0179 1484 892
தமிழ்நாடு திருத்தலச் சுற்றுலா
www.Lucky-fly.de
e.mail:siva 0108 @hotmail.com
கேரளா சுற்றுலா
நோய்தீர்க்கும் ஆயுள்வேதம்
Graphic Design Vettimaniy Ltd
Essener Str.26
44793 Bochum
Tel: 0234-2399032
Fax 0234-79457171

Dortmund மாநகரில்
பசுமையான மரக்கறிகள் கடல் உணவு
வகைகள் மற்றும் வீட்டிற்கு தேவையான அனைத்து
மளிகை பொருட்களையும் ஒரே இடத்தில்தரமாகவும்
தாராளமாகவும்
மலிவாகவும்
பெற்றுக்கொள்ள
நாடுங்கள்
TKS BEST FOODS
TRS ASIA'S FINESTFOODS
Rabeena
Aachi The Mother of Good Taste
BTM
Double Horse
Rheinische Str.79, 44137,
Dortmund Germany
0049 231 950 468 83
0049 231 950 468 82
tks-bestfoods@web.de
www.tks-bestfoods.de

Parents' Role in Value Education

Earlier the role of each person in those families showed responsibility. Everyone bothered about their families. Parents never left their children to take awkward decisions. They let their children to join good friends. They choose schools which have good disciplines. The mothers and grandmothers always related stories which had good Motos and based on human values. Before the child starts schooling large portion of value education is provided by the parents and grandparents.

Bavvatharani Ravindran
Nallur - Jaffna

Today people are forced to earn money to lead a comfortable life. In the European countries the children are left in day care centres from their birth. Except in the developing countries this is a common scenario. India is the mother land of Sri Lanka. India has a great tradition of following Vedic rituals. All the Sanskrit, Tamil and other literatures in other languages emphasize the value education. Value education means valuable education. The education we seek today is to get certificates then employment and find all the possible sources to establish oneself in good position, status with all the worldly comforts to lead worldly life.

The Ithykasas, Puranas and Vedas and other religious literatures are chanted by the Indians and even Sri Lankans who believed in the human, religious, and other values. Therefore from one generation to the other the parents and elders at home followed the great human values Sathya, Dharma, Shanth, Prema and Ahimsa.

The parents, grandparents, and great grandparents in the Eastern countries still follow the right path which were followed by their ancestors. The parents at home looked after their own children and their aged parents. They all lived in collective families. They observed their children's behaviour from their birth. The girls in the family are gradually trained to be fit to be a wife and a mother. The parents lived and showed how the husband treat their wife as their better half. The wife always showed her concern about all at home. She followed the grandparent's, parent's, husband's and her in laws' words. The children who are born to such parents in Eastern countries are not sent to day care centres. Food is made and packed and clothing is parcelled, and baby is wrapped and given in the hands of the care takers.

In the schools the teachers and administrators laid down lot of disciplinary rules. The children who have grasped the good human values at home simply followed the disciplines and rules.
India is not only famous for Rishis, Great Saints, Avatars, Gnanis but also for great teachers, scientists, mathematicians and good leaders. The land itself is called mother Bharatha. The child should surrender to the mother by knowing and experiencing the mother's love. Each citizen in India cause their land as mother Bharatha 'Bharatha Matha'.

In Sri Lanka we still have families in the remote areas, villages and mainly in Jaffna who follow education in human values. The parents still respect their parents and grandparents. They live and lead a value embedded life. The children are therefore able to obtain value embedded education.
Today the parents have forgotten or forced to forget their roles in providing value education. The world is now desperate to have peace. The cause is the parents who are unstable, disturbed, money minded, worldly and undergoing mental and physical turmoil by their own children who do not respect them. Because they are father as 'old man' and their mothers as 'that woman'. We in Sri Lanka are fortunate to have good parents, good society, good children and peace and harmony.

வெற்றிமணியின் வெள்ளி விழா 15.09.2019 (ஞாயிற்றுக்கிழமை)

ஆண்மை என்று நாம் எதனை நினைக்கிறோம்

ஆண்மை நஞ்சாகுமா? ஆண்கள் உளநல சிகிச்சைக்கான புதிய வழிகாட்டி

மேற்குலக உளவியலின் அடிப்படை, ஆண்கள், அதுவும் வெள்ளை இன, இயல்பான பாலுணர்வு (heterosexual) கொண்ட ஆண்களின் உளவியலாக தான் இருந்துவருகிறது. அதாவது, இந்த வரையறைக்குள் அடங்கும் ஆண்களின் உளவியல், முழு மனித இனத்திற்கும் பொருத்தமானதாக கருதப்பட்டு வருகிறது. அதனால் தான், இதுவரை ஆண்கள் உளநலம் சார்ந்து ஒரு வழிகாட்டியும் பிரத்தியேகமாக உருவாக்கப்படவில்லை. மாறாக, பெண்கள், மற்றும் வயது, பால்நிலை, இனம் என்ற அடிப்படையில் எல்லாம் ஒவ்வொரு சாராருக்கான வழிகாட்டிகள் American Psychological Association [APA] இனால் உருவாக்கப்பட்டிருக்கின்றன. அண்மையில், APA இன் ஆண்கள் உளநலத்திற்கான வழிகாட்டி (guidelines) பலரது கவனத்தையும் ஈர்த்திருக்கிறது.

இந்த வழிகாட்டி தரும் செய்தி என்னவென்றால், காலம் காலமாக ஆண்மை என நாம் வரையறுக்கும் கருத்தியலுக்குள் வளரும் ஆண்கள் உடல் மற்றும் உளநலம் சார்ந்த பாதிப்புகளை அனுபவிக்க வேண்டி வருகிறது என்பது தான். ஆண்மை பற்றிய பார்வை, இனம், வயது, மற்றும் கலாச்சாரம் சார்ந்து மாறுபடும் என்பதை அங்கீகரிக்கும் துறைசார் நிபுணர்கள், இந்த பிரிவினைகள் எல்லாவற்றையும் கடந்து, ஆண்மை என்பதற்கு உலகளாவிய சில பொதுவான அம்சங்கள் இருப்பதை சுட்டி காட்டுகிறார்கள். இவை, பெண்மைத்தன்மையை எதிர்த்தல், சாதித்தல், பலவீனத்தை தவிர்த்தல், துணிவான செய்கைகள், அபாயங்களை சந்தித்தல், மற்றும் வன்முறை என பட்டியல்படுத்தப்படுகின்றன. ஆண்மைத்தன்மையில் இருக்கும் நேர்மறையான அம்சங்களை பலப்படுத்தும் அதே சமயத்தில், இங்கு குறிப்பிட்ட எதிர்மறையான அம்சங்களை, அது தரும் பாதிப்புகளை, நாம் உணர்ந்து கொள்ளவேண்டும் என்பது தான் இந்த வழிகாட்டியின் செய்தி.

இந்த வழிகாட்டிக்கு எதிர்ப்புகள் வந்திருக்கின்றன. ஆண்களை ஆண்களாக இருக்கவிடுங்கள் என்றும், இந்த வழிகாட்டி ஆண்களை அரக்கத்தனமாக சித்தரிக்கிறது என்றும் எதிர்கருத்துகள் எழுந்திருக்கின்றன. இதற்கு விளக்கம் கொடுக்கும் உளவியல் நிபுணர்கள், சிறுவர்களும் ஆண்களும் மகிழ்வான, ஆரோக்கியமான வாழ்வை கொண்டு நடத்துவதற்கு உறுதுணை புரிவதே இந்த வழிகாட்டியின் நோக்கம் என்கிறார்கள். University of Redlands பேராசிரியர் Fredric Rabinowitz சொல்கிறார், ”ஆண்கள் மத்தியில் தற்கொலையின் அளவு மிக அதிகமாக இருக்கிறது. இருதயம் சம்பத்தப்பட்ட நோய்கள் அதிகமாக இருக்கின்றன. வயது அதிகரிக்க, தனிமை உணர்வும் இவர்களில் அதிகரிக்கிறது. ஆண்கள் உணர்வு கையிருப்பை விரிவாக்குவதே எம் நோக்கம். அவர்கள் பலத்தை அழிப்பதல்ல.”

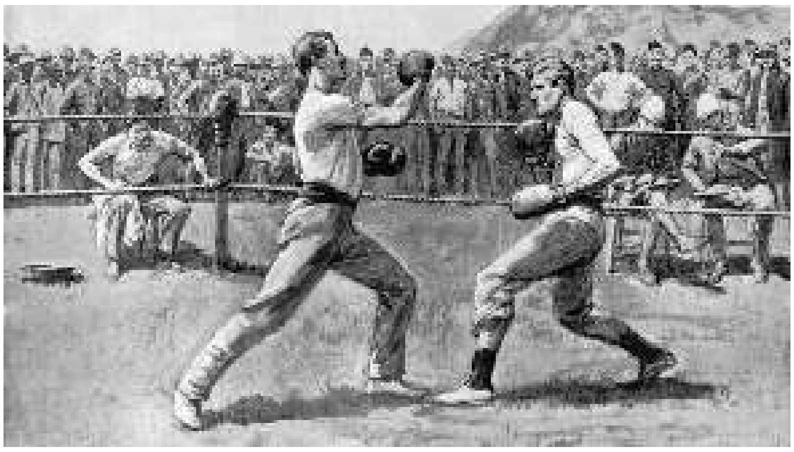
Ph.D., C. Psych.
Clinical Psychologist
Dr. புஷ்பா கனகரட்ணம்

When Boys Become Boys [சிறுவர்கள் சிறுவர்களாகும் போது என்ற நூலின் ஆசிரியரும், Stanford University இல் சிறுவர்கள் உள - சமூக வளர்ச்சியை பற்றி கற்பிப்ப வருமான Judy Y. Chu, இந்த வழிகாட்டி சிறுவர்கள் உணர்வு வெளிப்பாட்டுக்கு தடை போடும் நமக்கு ஆழ்ந்த அறிவை தருகிறது என்கிறார். ”மனிதர்கள் எல்லோருமே ஒருவரில் ஒருவர் தங்கியிருக்கிறோம். நெருக்கமான உறவுகள் எமக்கு ஆரோக்கியமான வாழ்வை தரும். அப்படி இருக்கும் போது, இந்த அடிப்படைத் தேவை சிறுவர்களுக்கு (ஆண்களுக்கு) மட்டும் முக்கியமற்றது என நாம் எப்படி கருதமுடியும்?” என்று கேட்கிறார் Chu. சிறுவர்கள் வளர்ப்பில் நாம் உணர்வுகளுக்கும், உறவுகளுக்கும் உரிய முக்கியத்துவத்தை முன்னிறுத்துவதில்லை என்பது இவர் கருத்து. உணர்வுகளை அடக்கிக்கொள்வது தான் ஆணுக்கு அழகு என்று கற்பிக்கப்படும்போது, பலவீனத்தை வெளிக்காட்டுவது ஆண் என்ற பெயருக்கு களங்கம் என்று தான் தோன்றும். மற்றவர்கள் உணர்வுகளை ஆண்கள் மதிக்க வேண்டும் என்று நாம் எதிர்பார்க்கும் போது, உணர்வு கல்வியையும், அனுபவத்தையும் எப்படி அவர்களில் இருந்து தள்ளி வைக்கலாம்?

பொதுவாகவே ஆண்கள், உளநல நிபுணர்கள் உட்பட, மற்றவர்களிடம் உதவி கேட்பதை தவிர்க்கிறார்கள் என்பதை சுட்டிக்காட்டுகிறது இந்த வழிகாட்டி. தம்மை பலவீனமானவர்களாக மற்றவர்கள் பார்ப்பார்கள் என்ற எண்ணமும் இதற்கு காரணம்.

தொடர்ச்சி 10ம் பக்கம்

09ம் பக்கத் தொடர்ச்சி ஆண்மை என்று நாம் எதனை நினைக்கிறோம்



ஆண்கள் உதவி தேடும் போது கூட, அவர்கள் நோய் அடையாளப்படுத்தலில் உளநல நிபுணர்கள் தவறிழைக்கிறார்கள். உள்நோக்கிய உளச்சோர்வு போன்ற நோய்நிலைகளை புறக்கணித்து, மதுபாவனை போன்ற வெளிக்காரணிகளுடன் தொடர்பு படும் நோய்நிலைகள் தான் ஆண்களில் அதிகமாக அடையாளம் காணப்படுகிறது. ஆரோக்கியத்திற்கு தீங்கு விளைவிக்க கூடிய காரணிகள் பற்றிய ஆய்வுகளையும் இந்த வழிகாட்டி விளக்குகிறது. உணவுப் பழக்க வழக்கங்களாலும், புகைத்தல் போன்ற ஆபத்தான பழக்கவழக்கங்களாலும் பெண்களை விடவும் ஆண்கள் ஆயுள்காலம் குறைவடைகிறது.

இனவேறுபாடின்றி எந்த சமூகத்திலும் பெண்களை விடவும் ஆண்கள் சாதகமான நிலையில் இருக்கிறார்கள். அப்படி இருந்தும், வன்முறைகளில் அதிகம் ஈடுபடுபவர்கள் ஆண்களாக தான் இருக்கிறார்கள். தரவுகள் ரீதியாக பார்த்தால், பாதிப்புக்கு உள்ளாகுபவர்களிலும் ஆண்கள் தான் அதிக எண்ணிக்கையில் இருக்கிறார்கள்.

ஆண்மை என்று நாம் எதனை நினைக்கிறோம்

ஆண்மை என்று நாம் எதனை நினைக்கிறோம், எங்கள் கண்ணோட்டத்திற்கான காரணம் என்ன என நாம் எல்லோரும் சிந்தித்து பார்க்கவேண்டி இருக்கிறது. சிறுவர்கள் ஆண்களாக வளர்ந்து வரும் காலகட்டம், பல தடைகளையும் கொண்ட காலமாக இருக்கிறது. பெண்கள் மேலான பார்வை உட்பட பல விடயங்கள் பிரச்சனைக்குரியதாகின்றன. நாம் ஆண்பிள்ளைகளை வளர்க்கும் விதம் முற்றுமுழுதாக மாறவேண்டும் என்கிறார் ஆண்-உளவியலில் நிபுணத்துவம் பெற்ற Dr. Michael Reichert. ஆண்மை பற்றிய ஒரு ஆரோக்கியமான அணுகுமுறை, ஆண்கள், பெண்கள், மற்றும் எந்த பால்நிலையை சார்ந்தவர்களின் ஆரோக்கியத்திற்கும் முக்கியமானது என்கிறார் இவர். ஆண்பிள்ளைகள் இப்படித்தான் வளரவேண்டும் என்ற வரைமுறைகள், ஆண்பிள்ளைகளுக்கு உணர்வு, கல்வி மற்றும் ஆரோக்கியம் சார்ந்து பல பாதிப்புகளை கொண்டுவந்திருக்கின்றன என்கிறார் Dr. Reichert.

ஆய்வுகளின் படி, ஆண்மைக்கான வரையறைகளில் அதீத நம்பிக்கை வைக்கும் ஆண்கள் தம் ஆரோக்கியத்தில் கவனம் குறைந்தவர்களாகவும், மதுபாவனை, புகைத்தல் என்பவற்றில் அதிக நாட்டம் உள்ளவர்களாகவும், உளநல சேவைகள் பற்றி எதிர்மறையான கருத்துக்களை கொண்டவர்களாகவும் இருக்கிறார்கள். அண்மையில் வெளிவந்திருக்கும் ஒரு ஆய்வு கட்டுரை, நம் கனேடிய புலம்பெயர் தமிழ் சமூகத்தில், ஆண்மை, போர் , உளநலம், என்பவற்றுக்கிடையிலான தொடர்பு பற்றி தகவல் வெளியிட்டிருக்கிறது (Affleck, Thamotharampillai, Jeyakumar & Whitley, 2018). Culture Medicine and Psychiatry என்ற ஆய்விதழில் பிரசுரிக்கப்பட்டிருக்கும் இந்த ஆய்வு, போரில் தம் அன்புக்குரியவர்களை காப்பாற்றமுடியாமல் போனமை, புலம்பெயர் சூழலில் குடும்பத்திற்கு தகுந்த ஆதரவை வழங்கமுடியாமை, உழைப்பும் வேலையும் சார்ந்த சிக்கல்கள், மற்றும் தம் இயலாமையை குத்திக்காட்டும் துணைவரால் ஏற்படும் தாக்கம் என்று, ஆண்கள் தம் அனுபவத்தில் சிக்கலாக உணர்ந்த 4 விடயங்களை முன்வைக்கிறார்கள். இந்த விடயங்கள் ஆண்களின் பால்நிலை சார்ந்து, முக்கியமாக அவர்கள் ஆண்மை பற்றி கொண்ட பார்வையை சார்ந்து பிரதிபலிக்கின்றன என்பது ஆய்வாளர்கள் கருத்து.

எம் சமூகத்தை சேர்ந்த 33 ஆண்களை அடிப்படையாக வைத்து நடத்தப்பட்ட இந்த ஆய்வு, ஆண்கள் தம் உளத்தாக்கங்களை வெறுமையான, அல்லது பலம் குறைந்த தம் ஆண்மையோடு [depleted masculinity] தொடர்புபடுத்துவதாக விளக்குகிறது. தம் ஆண்மையை வேறுவிதமாக ”கட்டியெழுப்ப” அல்லது ”நிர்ணயிக்க”, இந்த ஆண்கள் சமூகத்தில் மற்றும் பொது அமைப்புகளில் தலைமைத்துவ பதவிகளை தேடி இணைகிறார்கள் என்ற கருத்தும் முன்வைக்கப் பட்டிருக்கிறது. இந்த ஆய்வாளர்கள் பரிந்துரையின் படி, ஆண்மை, மற்றும் ஆண்மையின் அடையாளம் பற்றிய மீளாய்வும், மீள்-கட்டியெழுப்பலும், போரால் பாதிக்கப்பட்டு புலம்பெயர்ந்த ஆண்களின் உளநலத்திற்கு மிகவும் அவசியமாகிறது.

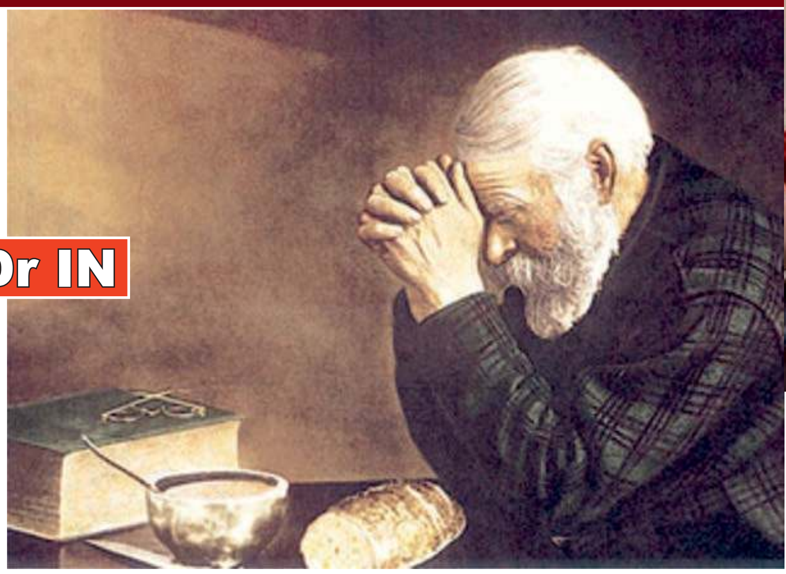
வழி வழி வந்த ஆண்மை சார்ந்த பார்வை தற்பொழுது கேள்விக்குள்ளாக்கப்பட்டு வருகிறது. நச்சுத்தன்மையான ஆண்மை [toxic masculinity] போன்ற பதங்கள் பாலியல் வன்முறைக்கு எதிரான சர்வதேச MeToo அமைப்பின் மூலம் பரவலாக பேசுபொருள் ஆகியுள்ளன. MeToo எமக்கு கற்றுத்தந்திருக்கும் பெரிய பாடம் என்னவென்றால், ஒரு சமநிலையான உலகத்தை உருவாக்குவது பெண்கள் கைகளில் மட்டுமில்லை என்பது தான், என்கிறார் Dr Reichert. முன்னெப்பொழுதும் இல்லாதவாறு, பெண்-வன்முறையை எதிர்த்து குரல் எழுப்ப இன்னும் இன்னும் ஆண்கள் முன்வரவேண்டும் என்கிறார். தம் பல கால அதிகார பலத்தை சற்றே தளர்த்தி தோள் கொடுத்தால், அதனால் ஆண்களும் அதிக ஆரோக்கியமான வாழ்வை அனுபவிக்க முடியும் என்பது இவர் கருத்து.

ஆணாதிக்க அடிப்படையில் பால்நிலையை நோக்குவதை கண்டிக்கும் ஆண்கள், பலவீனமானவர்கள் எனவே கருதப்பட்டு வந்தனர். ஆனால் பெண்களும் இந்த ஆணாதிக்கத்தை கேள்வி கேட்க ஆரம்பித்தபோது, ஆண்கள் கூட, தமக்கு இருக்கும் சாதகமான சில விடயங்களை விடுத்து, ஆணாதிக்க அமைப்பு முறை தம்மையும் பாதிக்கிறது என்பதை உணர ஆரம்பித்திருக்கிறார்கள் என்கிறார் ஊார. Reichert சொல்கிறார்: பெண்களுக்கான 50 வருட போராட்டத்தின் விளைவாக, பால்நிலை சார்ந்த பாரபட்சங்கள் பற்றிய விளக்கத்தையும், பெண்கள் தாமே தம்மை யார் என நிர்ணயிக்க கூடிய சுதந்திரத்தையும் நாம் அடைந்திருக்கிறோம். ஆனால், ஆண்கள் விடயத்தில் மட்டும், உயிரியலில் விடை தேடி தப்பிக்க பார்க்கிறோம். ஆண்களா? அவர்கள் அப்படித்தான் இருப்பார்கள், ஏனென்றால் அது ஹோர்மோன்கள், உயிரியல், என்கிறோம்.

ஆண்கள் போட்டுக்கொள்ளும் முகத்திரையை, பால்நிலை உளவியல் நிபுணர்கள் "Man Box" என்று அழைக்கிறார்கள். அந்த முகத்திரைக்குள் ஆண்கள் சிக்குண்டு விடுகிறார்கள் என்கிறார் Reichert. சமூக வரையறைகளுக்கேற்ப எப்படி சிந்திக்க வேண்டும் எப்படி நடக்க வேண்டும் என்றெல்லாம் எதிர்பார்ப்புகள் அவர்கள் மேல் திணிக்கப்படுகின்றன. எவ்வளவுக்கு இந்த Man Box ற்குள் கட்டுப்படுகிறார்களோ அவ்வளவுக்கு ஆண்கள் வன்முறையில் ஈடுபடுவதும், மதுவை நாடுவதும், உளச்சோர்வு போன்ற உளநோய்களுக்கு ஆளாவதும் அதிகரிக்கிறது. இந்த வேதனை வெளிநோக்கி மட்டுமல்ல, ஆழமாக உள்நோக்கி தாக்குகிறது. ஆணுக்கு எதிராகவே திரும்பிவிடுகிறது.

அப்படியானால், ஒரு இளைஞன் எப்படி தைரியத்தை பெறமுடியும்? தன் உணர்வுகளை அடக்கிவிட்டு, பிடித்த பிடியில், தனக்கு தேவை என கருதுவதை நிலைநிறுத்துவதா? அல்லது, தன் மனதோடு தொடர்பு ஏற்படுத்தி, தன்னை மற்றவர்களுக்கு தெரியப்படுத்தி, நெருக்கமான உறவுகள் தரும் ஆதரவில் அந்த பலத்தை, தைரியத்தை பெற முடியுமா? மனிதனுக்கு எது பலம், எது பலவீனம்? பொறுமையும், சவால்களை சமாளித்துப் போகும் சாதுரியமும் வேண்டுமென்றால் என்ன தேவை? பெண் பிள்ளையோ, ஆண் பிள்ளையோ, இந்த கேள்விகளுக்கு விடை காண, எம் பிள்ளைகளுக்கு நாம் உதவ வேண்டும் என்பது Dr Reichert போன்ற உளநல நிபுணர்கள் கருத்து. சிவனில் பாதி சக்தி என்ற முற்போக்கான சிந்தனையை பண்டைக்காலம் தொட்டு படித்து வளர்ந்த நம் தமிழர்கள் இந்த சவாலை ஏற்றுக்கொள்வார்கள் என நம்புவோம்.

வயது கூடக்கூட உணவில் நாட்டமில்லையா?



Dr IN

டொக்டர்.எம்.கே.முருகானந்தன்.
MBBS(Cey), DFM (Col), FCGP (col)
குடும்ப மருத்துவர்

பசி குறைவதும், உணவில் நாட்டம் குறைவதும் வயது முதிர்வதின் ஒரு அம்சம் என்றே சொல்லலாம். உடலியல் காரணங்களும் உளவியல் காரணங்களும் இருக்கலாம். இருந்தபோதும் இது எல்லா முதியவர்களையும் ஒரே விதமாகப் பாதிக்கிறது என்றும் சொல்ல முடியாது.

வயது முதிரும் போது அவர்கள் இளவயதில் இருந்ததுபோல ஓடியாடித் திரிவதில்லை. அவர்களது வேலைகள் குறைகின்றன. வேலைகள் செய்தாலும் அது இளவயதில் இருந்ததுபோல துடியாட்டமாக இருப்பதில்லை.

இதனால் அவர்கள் செலவழிக்கும் சக்தியின் (கலோரி) அளவு குறைந்துவிடுகிறது. இதனால் பசி குறைந்துவிடுகிறது. படிப்படியாக உண்ணும் உணவின் அளவு குறைந்துவிடும். முதுமையில் பலருக்கு பற்கள் விழுந்துவிடுகின்றன. இதனால் சப்பிச் சாப்பிட முடியாமல் போகிறது. பல்லுக்கட்டியிருந்தாலும் அவை பெரும்பாலும் உறுதியாக இருப்பதில்லை. இடைஞ்சலாகவே பல முதியவர்களால் பார்க்கப்படுகிறது.

இவற்றினால் உணவை இரசித்துச் சாப்பிட முடியாமல் போவதாலும் பலருக்கும் உணவில் ஆர்வம் கெட்டுவிடுகிறது.
உணவுக் கூறுகளை சிறுசிறு துண்டுகளாக வெட்டிக் கொடுப்பது, மென்மையான உணவுகள், ஈரலிப்பான உணவுகள் போன்ற நடைமுறைகள் பற்பிரச்சனைக்கு தீர்வாக அமைய முடியும். வேறு சிலருக்கு வயதாகும் போது உணவு சமிபாடடைவதில் சில பிரச்சனைகள் ஏற்படுகின்றன.

உதாரணமாக பாலிலும் பாற்பொருட்களிலுமுள்ள லக்டோஸ் என்ற பொருள் ஒத்துக்கொள்வதில்லை. பால்,பால்மா, பால் சேர்ந்த பொருட்களான கேக், ஐஸ்கிறீம், பிஸ்கட் போன்றவற்றை அவர்களது உணவுக் கால்வாயால் ஏற்றுக் கொள்ள முடிவதில்லை. இதனால் வயிற்றோட்டம், வயிற்றுப் பொருமல் போன்ற அசௌகரியங்கள் ஏற்படுகின்றன. சிலருக்கு ரொயிலட்டுக்கு போவற்கு முன்னரே மலம் கசிந்துவிடுவதுண்டு. பலருக்கு பிரச்சனைக்கான அடிப்படைக் காரணம் விளங்குவதில்லை. எனவே "சாப்பிட்டால் வயிற்றால் போகிறது" என்று எண்ணி உணவுகளைத் தவிர்க்க முயல்வார்கள். "அம்மா சாப்பிடிறா இல்லை. சத்துமா எழுதித்தாங்கோ" என்று கேட்காத பிள்ளைகளே இல்லை. தேவையில்லாமல் சத்து மாக்களை கரைத்துக் கொடுத்தால் அவர்களது பசி மேலும் குறைந்துவிடுறது.

எடை அதிகரித்து விடுகிறது. இதனால் அதிகரித்த எடையுடன் அவர்களால் அதிகம் நடக்க முடியாது கூடுதலாக உட்கார்ந்து விடுகிறார்கள். இது மேலும் எடையை அதிகரிக்கச் செய்வதுடன் பராமரிப்பவர்களுக்கு அவர்களது அதிகரித்த எடை சிரமத்தைக் கொடுக்கிறது. மற்றொரு முக்கிய காரணம் வயதாகும்போது மணம், சுவை போன்ற உணர்வுகள் மங்கிப் போவதாகும். உண்மையில் நாவில் உள்ளசுவையரும்புகளுக்கும் மணத்தை நுகரும் ஆற்றலுக்கும் நிறையத் தொடர்பிருக்கிறது. இவற்றின் நுகரும் ஆற்றல் வயதாகும்போது குறைவடைவதால் உணவுகளை இரசித்து ருசித்து உண்ண முடியாமல் போகிறது. இதனால் உணவில் நாட்டம் குறைவடைகிறது.

எனவே கூடுதலான மணம், சுவை போன்றவை சேர்த்து உணவு தயாரிப்பது உதவக் கூடும். இருந்த போதும் சுவைக்கென மேலதிக இனிப்பு உப்பு போன்றவற்றைச் சேர்ப்பது நல்லதல்ல. ஏனெனில் இவை அவர்களது வயதில் ஏற்படக்கூடிய பிரஸர், நீரிழிவு, எடை அதிகரிப்பு போன்ற பிரச்சனைகளைத் தீவிரமாக்கலாம். பதிலாக மணமும் சுவையுமுள்ள இலைவகைகள், பழங்கள் போன்றவற்றைச் சேர்க்கலாம், எலுமிச்சம் பழத்தின் புளிப்பு அவர்களுக்கு ஏற்றதாக இருக்கக் கூடும். இயற்கையான சுவையூட்டிகளான ஏலம், கராம்பு, கறுவா போன்றவையும் உதவலாம்.

இவற்றோடு பார்வைக் குறைபாடும் உணவுகளை ரசித்து உண்பதற்கு தடையாகலாம். வயதாகும் கற்றரக், மற்றும் விழித்திரைப் பாதிப்பு ஆகியவற்றால் பல முதியவர்களின் பார்வை தெளிவாக இருப்பதில்லை. இதனாலும் உணவில் ஆர்வம் குறைந்துவிடுகிறது. முதியவர்கள் பெரும்பாலும் பல்வேறு நோய்களால் பாதிக்கப்பட்டிருப்பர். உதாரணமாக நீரிழிவு, பிரஸர், மூட்டுவாதங்கள், அல்சைமர் நோய், மனச் சோர்வு போன்ற பலவிதமான பாதிப்புகள் இருக்கக் கூடும். இவற்றுக்காக பல மருந்துகளை தினமும் உட்கொள்வார்கள். இவற்றில் சில வாய்க்கசப்பு, ஓங்காளம், வாந்தி, வயிற்றுப்பொருமல், மலச்சிக்கல், வயிற்றோட்டம் போன்ற சிக்கல்கள் இருக்கலாம்.

இவையும் பசியின்மை, உணவில் ஆர்வமின்மை போன்றவற்றுக்கு காலாகலாம். 'சரியான மலச்சிக்கல். சாப்பிடவே முடியுதில்லை' என்று என்னிடம் பல முதியவர்கள் முறையிடுவார்கள். உண்மைதான் பல முதியவர்களுக்கு மலச்சிக்கல் இருக்கிறது. மலச்சிக்கலால் வயிறு பொருமலாக இருப்பதால் உண்ண முடிவதில்லை. மலச்சிக்கலுக்குப் பல காரணங்கள் இருக்கலாம். உணவு விரைவில் சமிபாடடையாமல் இருத்தல், போதிய உணவு உட்கொள்ளாமை, உண்ணும் உணவுகளிலும் நார்ப்பொருள் உள்ள உணவுகளைத் தவிர்த்து மென்மையான உணவுகளை நாடுதல், சில மருந்துகளும் காரணமாகலாம். மருந்து காரணமா என்பதையிட்டு மருத்துவருடன் ஆலோசனை பெறவும்.

தொடர்ச்சி 30 பக்கம்

TTS ASIEN SUPERMARKT
TTS Brothers GmbH & Co.KG
★ Lebensmittel ★ Seafood ★ Textilien ★ Schmuck
Germany நாட்டில் 25 ஆண்டுகளைக் கடந்த ஒரே நிறுவனம்

உங்கள் வீட்டுத் தேவைக்கான அனைத்து மளிகை பொருட்கள்
மற்றும் ஆடை அணிகலன்களுக்கும் நாடவேண்டிய ஒரே ஸ்தாபனம்.
நம்பிக்கை! நாணயம்!! கைராசி!!!

RHEINISCHE STR 52
44137 DORTMUND
Tel:0231 819288

Wolbecker 27
48155 Münster
Tel:0251 13 65 194

Helmholtz Str 11 | 46045 | Oberhausen
Telefon : 0208 20 28 29

Johannes Str 35 | 53225 | Bonn Beuel
Telefon : 0228 4037 7846
Fr. und Sa. 11.00 bis 19.00 Uhr

அட நல்ல தலையிடி

தலை என்ற ஒன்று இருந்தால் அதில் தலைவலி என்ற ஒன்றும் அவ்வப்போது வந்து போகும். எப்படி சுகம் என்று கேட்டால், அட நல்ல தலையிடி என்பார்கள். தலையில் நல்ல இடி கூட இருக்கிறதா? என்றால், நாள் முழுவதும் இடி முழக்கத்துடன் கொட்டோ கொட்டென்று கொட்டும் மழையை இன்று நல்ல மழை என்பதும், நச்சுப் பாம்பை நல்ல பாம்பு என்பதும், சுடுகாட்டை நன்காடு என்பதும் நமது தமிழ் இலக்கணத்தில் மங்கலம் என்று அழைப்பார்கள். மங்கலம் இல்லாததை மங்கலமாக அழைப்பதுவே வழக்கில் மங்கலம் எனப்படும். தலையிலே தாங்க முடியாத வலியைத் தரும் கொடுமையான வலியை நல்ல தலையிடி என்பதும் மங்கலமே.

எங்கள் உடலிலேயே தலைமைப்பீடம் மூளை. அந்த மூளையே எம்முடைய உடலை முழுமையாக இயக்குகின்றது. இந்த மூளையானது தலையில்தானே இருக்கின்றது. அப்படியானால், தலைவலி மூளைக்குள் வந்துவிட்டால்??? பயப்படத் தேவையே இல்லை. மூளைக்குத் தலைவலி வருவதே இல்லை. மூளையைத் தனியே எடுத்து ஒரு பெரிய பாறாங்கல்லைப் போட்டுப் பாருங்கள் சத்தமே இல்லாமல் அமைதியாக இருக்கும். ஏனென்றால் அதற்கு வலிக்காது. இத்தலைவலிக்குச் சுவாரஸ்யமான ஒரு நாட்டுப்பாடல் பாடப்படுகின்றது.

தலையிடி காய்ச்சல் வந்தால்
தயவுடன் மருந்தைக் கேளாய்
மலையிலுள்ள கல்லைத் தூக்கித்
தலையில் போட்டால் தலையிடி நின்றுவிடும்

அப்பாடா.... தலையிடி மூளைக்கு இல்லை. அப்படியென்றால், எங்கே வருகின்றது? ஏன் வருகின்றது? மூளைக்கு வெளியே அதிகமான நரம்பு மண்டலங்கள் இருக்கின்றன. இவைதான் மூளைக்குச் செய்திகளை அனுப்பி மூளைக்குரிய செயற்பாடுகளைத் தூண்டுகின்றன. அதன்பின் மூளையிடும் கட்டளையை உள்வாங்கி எம்முடைய உடல் உறுப்புக்கள் தொழிற்படுகின்றன. எனவேதான் தலைமைப் பீடம் என்றேன். சும்மா இருக்கும் தலைமைப்பீடத்திற்கு சுற்ற வரவுள்ள உறுப்பினர்கள் சிந்தனையைத் தூண்டச் செய்து கட்டளையை பிறப்பிக்க வைக்கின்றார்கள். இதுபோலவே சுற்றவரவுள்ள நரம்புகளுக்கு அதிகமான இரத்தம் பாய்ச்சப்படுகின்ற போது நரம்புகள் வீக்கமடைகின்றன. அத்துடன் ஏனைய நரம்புகளையும், மூளையையும் அழுத்துகின்றன. "இங்க பாரப்பா எங்களுக்குத் தேவையில்லாமல் அதிகமான இரத்தம் எம்முடைய நரம்புகளுக்குள்ளே வருகின்றன என்று நரம்புகள் முறையீடு செய்ய உடனே மூளை வலியெனக் கண்டுபிடிக்கின்றது.

மனிதன் வாழ்க்கையில் பிரிக்கமுடியாதது நோய். ஆனால் மனிதனால், தவிர்க்கக் கூடியதும். தடுக்கக் கூடியதும் நோய்தான். அதிலே தலைவலி இருக்கின்றதே அது நிச்சயமாகத் தடுக்க வேண்டியதுதான். ஏனென்றால், தலைவலி வருகின்ற காரணங்களை அறிந்து அதை நாம் முழுமையாகத் தவிர்த்துவிட்டோமேயானால், மனமும் தலையும் சுகமாக இருக்கும் அல்லவா. உலகத்திலேயுள்ள மக்களில் 70 வீதமான மக்களுக்கு ஒரு தடவையாவது தலைவலி வந்திருக்கும் என்பது உண்மை. இவற்றின் வகைகளை நாம் பார்த்தால் 200 க்கு மேல் இருக்குமாம். இவற்றில் 5 வீதமான தலைவலியே உடம்பில் ஆபத்தான நோய்களுக்கான காரணியாக இருக்கும். ஏனையவை சும்மா எம்மை வாழ்க்கையில் வதைத்துப் பார்க்கும் தலைவலிகளே என்பதை அறியக் கூடியதாக இருக்கின்றது.

கௌசி

வாழ்க்கையை நிம்மதியாகவும், நோய் இன்றியும் செலுத்த வேண்டும் என்றால் எமக்குத் தலைவலி தருகின்ற விடயங்களைத் தவிர்க்க வேண்டும் என்பது உண்மை. இரவில் அதிகநேரம் விழித்திருந்து கணனி முன் வேலை செய்கின்றபோது கண்ணுக்கு சுமை அதிகரித்து தலைவலியைக் கொண்டுவருகின்றது. இதனைப் பலர் அறிந்திருப்பீர்கள்.

அதிகமான சத்தத்தைத் தொடர்ந்து கேட்பதனாலும், அசுத்தக் காற்றைச் சுவாசிப்ப தனாலும், எமது உடலுக்கும் உள்ளத்திற்கும் ஒவ்வாமையான காரியங்களைச் செய்வதனாலும் தலைவலி வரக்கூடிய சாத்தியக் கூறுகள் இருக்கின்றன. இவ்வாறு சின்னச்சின்ன பல காரணங்கள் இருக்கின்ற போது இவற்றுக்கான தீர்வை நாம் காண்பதற்கு எமக்கு நாமே கேள்விகளைக் கேட்க வேண்டியதும், எம்மை நாம் அவதானிக்க வேண்டியதும் அவசியம். எந்த இடத்தில் இருந்து தலைவலி வருகின்றது. எவ்வாறான சந்தர்ப்பங்களில் தலைவலி வருகின்றது தலைவலி கொடுப்பவர் யார்? எவ்வாறான சந்தர்ப்பங்களில் தலைவலி ஏற்படுகின்றது? என்பதனை அவதானமாக அவதானிக்க வேண்டும்.

மனஅழுத்தம் தலைவலிக்கு முக்கிய காரணமாகப்படுகின்றது. மனஅழுத்தம் எவ்வாறு ஏற்படுகின்றது. சிலர் பேசுகின்ற போது நேரம் அதிகரிக்க அதிகரிக்க தலைக்குள் ஏதோ செய்வது போல் இருக்கும். அவர் பேச்சை நிறுத்த வேண்டும். இல்லையென்றால், நாம் அவர் பேச்சை நிறுத்த வேண்டும். இவை இரண்டும் நடக்கவில்லை என்றால் எமது தலை வலிக்கத் தொடங்கிவிடும். சிலர் 5 நிமிடம் சொல்ல வேண்டிய விடயத்தை அரைமணி நேரம் சொல்வார்கள். அப்படியே வாய்க்குக் கட்டுப் போட்டுவிட வேண்டும் போல் இருக்கும். குறைவில்லாத சில சொற்களாலே கருத்தை விளக்கிச் சொல்வதற்கு அறியாதவர்களே, பல சொற்களைச் சொல்வதற்கு எப்போதும் விரும்புவார்கள், மேன்மையும் கெடுதியும் பேச்சினாலேயே வருவதனால், சொல்லிலே சோர்வு உண்டாகாத படி ஒருவன் தன்னைக் காத்துப் பேணி வருதல் வேண்டும் என்று வள்ளுவர் கூறியிருக்கின்றார். இவ்வாறான சந்தர்ப்பங்களில் ஏற்படும் மனஅழுத்தத்தைத் தவிர்க்கும் போது தலைவலிக்கு நாம் தீர்வு கண்டுவிடுவோம்.
எமக்குப் பிடிக்காத காரியங்களை பிறர் வற்புறுத்தலுக்கு நாம் செய்கின்ற போது எம்மனதுக்கு ஒவ்வாமை ஏற்பட்டு தலைவலியைத் தரும். இவ்வாறான தலைவலியை நாம் தவிர்ப்பது இலகுவாக அமைகின்றது. வெளிப்படையாக அவ்விடயத்திலிருந்து விலகிக் கொள்வது எம்மை நாம் பாதுகாக்கும் காரணியாக அமைகின்றது.

இதைவிட மனிதர்களின் கண்களுக்கு நன்மை விளைவிக்கும் சக்தியும் உண்டு. தீமை விளைவிக்கும் சக்தியும் உண்டு. அதனாலேயே "கல்லடி பட்டாலும் கண்ணடி படக்கூடாது" என்பார்கள். இதற்கு கண்ணூறு கழித்தல் செய்வார்கள். கண்ணினால் வருகின்ற ஊறு கழிக்கப்படுதல் என்பதே அதன் அர்த்தம். இதுபோலவே நாவூறும் அமைகின்றது. குழந்தைகளுக்கு பெரிய கறுப்புப் பொட்டு வைத்து பிறர் கண்கள் பொட்டிலே படிய வைத்துவிடுவார்கள். நம்மோடு பழகுபவர்கள் எல்லோரும் நல்ல மனதுடன் பழகுவார்கள் என்று சொல்ல முடியாது பொறாமை வெறுப்புடன் பழகுபவர்களும் எதிர்மறை எண்ணப் போக்குள்ளவர்களும் உண்டு. அதனால், எண்ணங்களில் நல்ல மனிதர்களைத்தேடிப் பழகுவதும் எம்முடைய தலைவலியை நாம் தவிர்க்க எடுக்கும் முயற்சியாகப்படுகின்றது.

எனவே அவதானம் என்பது எமது வாழ்க்கையில் மட்டுமல்ல, எம்மைச் சுற்றியுள்ள சுற்றுச் சூழலிலும், சுற்றத்தாரிலும் என்பதை அறிந்து நடக்க வேண்டியது அவசியம்.

பட்டினி நோன்பின்
எண்ணிலடங்கா நன்மைகள்

"கூற்றம் குதித்தலும் கைகூடும் நோற்றலின்
ஆற்றல் தலைப்பட்டவர்க்கு"
மரணத்தை மாற்றும் தகுதியும் உண்டாகும் தவத்தின் பயனாக ஆற்றல் அடைந்தவருக்கு.
மனித வாழ்வில் உணவு, உடை, உறையுள் என்ற மூன்றும் அத்தியாவசியம் எனக் கூறப்படுகின்றது. உணவுக்கான போராட்டம் பின் உண்டபின் ஓய்வு பின் மறுபடி உணவுத்தேடல் என உயிரினங்களின் வாழ்வு தொடர்ந்து கொண்டிருக்கிறது. உடலின் சக்தியின் குறைவு அதன் உணவுத் தேடலை மீண்டும் ஊக்குவிக்கிறது. இவ்வாறு உணவிலிருந்து சக்தியை சேமித்துக் கொள்ளும் உடல் அதன் செயற்பாட்டிற்கான ஆற்றலை உள்ளிருந்து வழங்குகிறது. இவ்வாறான உடலில் "ஆரோக்கியம்" எனும் விடயம் அடிப்படை காரணியாக விளங்குகிறது.

"மிகினும் குறையினும் நோய்செய்யும் நூலோர் வளிமுதலா எண்ணிய மூன்று"
ஆயுள்வேத மருத்துவத்தில் வாதம், பித்தம், சிலேத்துமம் ஆகிய மூன்றும் அளவுக்கு மிகுந்தாலும் குறைந்தாலும் நோய் உண்டாகும் என மூன்று விடயங்களின் அளவீடுகளைக் கொண்டே உடலின் ஆரோக்கியம் பார்க்கப்படுகிறது. உடலானது தன்னைத்தானே பாதுகாத்துக் கொள்ளக்கூடிய அற்புத ஆற்றலோடு மிக நுட்பமாக வடிவமைக்கப்பட்டது. அதனுடைய வேலையில் இடைஞ்சல்கள் கொடுக்காது இயல்பாக செயற்பட விட்டால் அது மிக அபரிமிதமான விளைவுகளை வழங்கவல்லது. உடல் தனக்கான தேவையினை உடல்மொழியாக உணர்வு மூலம் தெரிவிக்கின்றது. கழிவு தேக்கம் நோய் எனவும், கழிவு நீக்கம் அடிப்படை சிகிச்சை என்றும் கூறப்படும்.
உடலில் சேமிக்கப்பட்டுள்ள சக்திகள் அதன் எல்லா பாகங்களுக்குமே பிரித்து வழங்கப்படுகின்றன. அதிக உடலுழைப்பு தவிர மிக அதிக சக்தியானது சமிபாட்டுத் தொகுதிக்கே செலவழிக்கப்படுகிறது. உணவு உட்கொள்வதிலிருந்து அதிலிருந்து சத்துக்களைப் பிரித்தெடுப்பது மற்றும் சமிபாடடையச் செய்வது என அதற்கான சக்தியும், உடலின் தொழிற்பாட்டு நேரமும் அதிகமாகும். கடினமான உணவுகளுக்கும், அதிகப்படியாக உட்கொள்ளப்பட்ட உணவுகளுக்குமாக உடல் மிக உச்ச நிலையில் செயற்பட வேண்டி உள்ளது. உடலின் சக்தி தேவை அதன் ஏனைய பாகங்களுக்கும் தேவை என்பதனால் இவ்வாறான நேரங்களில் உடல் சோர்வுற்று மந்த நிலையை அடைந்துவிடும். அதன் கவனம் முழுக்க சமிபாட்டுத் தொகுதியில் உள்ளதனால் உடலின் ஏனைய விடயங்கள் தளர்வடையும். தரமற்ற உணவுப் பழக்கம் மற்றும் வாழ்க்கை முறையால் அல்லது புறக்காரணிகளால் உடல் நோயுற்றாலோ அல்லது கழிவு தேக்கமடைந்து அசுத்தமடைந்தாலோ உடல் தன் சக்தியை செயற்படுத்தி தன்னைத்தானே தற்காத்துக் கொள்ள வேண்டும். அதன் முறையும் அதற்கு நன்கு தெரியும். அதற்கான செயலை அது செய்வதற்கு ஏனைய செயற்பாடு களிலிருந்து ஓய்வு அவசியமாகிறது.

கரிணி

மற்றும் உணவில் உள்ள சத்துக்களை சக்தியாக மாற்றுவதற்கு கல்லீரல் உயரிய பெரும் பணியைச் செய்கிறது. அந்த கல்லீரலும் மூளையை நம்பியே செயற்படுகிறது. உடலுக்கு பழக்கமற்ற ஒவ்வாத விடயங்களை மற்றும் தீங்கு விளைவிக்க கூடிய விடயங்களை உள்ளுறிஞ்சாமல் வெளியேற்றும் கட்டளை கல்லீரலுடையதே மொத்தத்தில் சமிபாட்டுத் தொகுதியின் தலைவர் இவரே. உதாரணமாக சிவப்பு நிறத்திலான அல்வா ஒன்று உணவாக உள்ளெடுக்கப்படுகின்றது எனில் அதன் சேர்மானங்களை உடல் தெரிந்து வைத்திருக்கும். அதாவது அதிலுள்ள மா, சீனி, நெய் போன்றவை அதற்கு நன்கு பரிச்சயமானவை, ஆனால் அதிலுள்ள சிவப்பு நிறமூட்டி பற்றிய விபரம் பதிவில் இல்லை. இயற்கையான சேர்மானமும் அதில் இல்லை எனவே மூளையிடம் தனக்கு தெரியாத தகவலை கேட்கிறது கல்லீரல். மூளை தனக்கும் அது தெரியாது என்று வெளியேற்றச் சொல்கிறது. எனவே மொத்தமாக அல்வாவின் எந்த பகுதியும் உள்ளெடுக்கப்படாமல் வெளியேற்றப் படுகின்றது. இவ்வாறான சிக்கலான உணவுகளை உண்ணும்போது வயிற்றுப்போக்கு அல்லது இறுக்கமற்ற தன்மையில் மலம் வெளியேறும். உதாரணமாக அதிக அஜினமோட்டோ, மிகுந்த நிறமான பதார்த்தம், இராயனம் சார்ந்த உணவுகளை உண்டபின்பு இவற்றை அவதானிக்க முடியும்.

இரவு வேளை இதயம் தவிர்ந்த ஏனைய உடலுறுப்புக்கள் ஓய்வு நிலையினை அடையும். பொதுவாக உண்ணும் உணவில் இருந்து பெறப்படும் சக்திக்காக உடலினுள் அதிக போட்டி இருக்கும்.

ஒவ்வொரு பகுதிக்கும் சக்தி பகிர்ந்தளிக்கப்பட வேண்டும். எனவே இரவு வேளையில் ஏனைய உறுப்புக்கள் ஓய்வு பெறுவதனால் அதிகப்படியாக உள்ளெடுக்கப்படும் உணவுகளும், இரவில் தாமதமாக உண்ணும் உணவுகளும், கடினமான உணவுகளும் சமிபாடடைய தாமதமாகின்றன. அதைவிட மூளையின் ஓய்வு நிலையில் பாதிப்பு ஏற்படுவதால் உறக்கம் பாதிக்கப்படுகிறது.

உணவில் நல்ல விடயங்களை மட்டும் பிரித்தெடுக்கும் பொறுப்பில் உள்ள உறுப்புகள் ஓய்வு எடுப்பதால் உணவிலுள்ள தேவையற்ற எல்லா விடயங்களும் உடலால் உறிஞ்சப்படுகிறது. இரவில் குறிப்பிட்ட நேரத்திற்குள் ஓய்வெடுக்க வேண்டிய சமிபாட்டுத் தொகுதியும் இரவு முழுவதும் வேலை செய்கிறது. அதிகாலையில் நாம் துயில் எழாவிடினும் எல்லா உறுப்புக்களும் செயற்படத் தொடங்கும். காலையில் உள்ளெடுக்கும் உணவு மிக முக்கியமானது அது முழுவதும் பிரித்தெடுக்கப்பட்டு தேவையற்ற கழிவுகள் அகற்றப்படும்.

காலை உணவைத் தவிர்ப்பது ஆபத்து. அப்படியான சமயத்தில் உடலில் அத்தியாவசிய தேவைக்காக என்பு மச்சையில் மற்றும் நோயெதிர்ப்பு சக்திமண்டலத்தில் உள்ள சத்துக்கள் உடலின் பாகங்களின் தேவைக்காக எடுக்கப்பட்டுவிடும்.
இதன் காரணமாக உடல் சிறிய விடயங்களில் கூட சோர்வடைவதோடு மட்டுமன்றி இரவில் எல்லா நேர உணவையும் சேர்த்து கனமாக, தாமதமாக உணவை உண்பதனால் இரவுபகல் என தொடர்ந்து வேலை செய்யும் சமிபாட்டுத் தொகுதியும் விரைவில் பாதிக்கப்படும். எனவே காலை அதிகமாகவும், (6 மணி முதல் 9 மணிக்குள்) மதியம் அளவாகவும், இரவில் எட்டு மணிக்கு முன்னதாகவே மிக குறைவாகவும் உண்பவர் ஆரோக்கியமாக வாழ முடியும்.

தொடர்ச்சி 29 பக்கம்

பட்டினி நோன்பின் எண்ணிலடங்கா நன்மைகள் **13ம் பக்கத் தொடர்ச்சி**

உடலின் அதிக வேலை சமிபாட்டுத் தொகுதியுடன் இருப்பதனால் அதற்கு அவ்வப்போது அந்த வேலையில் இருந்து முற்றிலும் ஓய்வு கொடுக்கும்போது ஏனைய விடயங்கள் உடலால் கனகச்சிதமாக நிறைவேற்றப்படும். அதிகபட்சம் வாரம் ஒருமுறை உண்ணா நோன்பு இருப்பவரின் உடல் எவ்வித குறைபாடுகளும் இன்றி புத்துணர்வுடன் விளங்கும். குறைந்த பட்சம் மாதத்தில் ஒரு முறையாவது பட்டினி நோன்பு இருந்து உடலுக்கு அதிக வேலை கொடுக்காது ஓய்வாக உடலில் மனதை செலுத்தி இருக்கும் போது உடலின் ஏனைய உள் விடயங்கள் சிறப்பாக பழுது பார்த்து தூசி துடைக்கப்படும்.

நித்திரையும் ஓர் வரமே

பட்டினி மற்றும் அதனோடு கூடிய நித்திரை விழிப்பு நிலையில் உடலில் மிக அதிக சூடு மூண்டெழும். அதன் தன்மை தேவையற்ற நச்சுக்களை எரித்து வெளியேற்றும். இந்நிலையில் ஓய்வாக இருக்க வேண்டியது முக்கியமாகும். பட்டினிக்கு முன்பு உள்ள நாளும் அதன் பின்னரும் கடினமான மற்றும் அதிகமான உணவுகளைத் தவிர்க்க வேண்டும்.

மரபுவழி சம்பிரதாயங்களில் சொல்லப்பட்ட விரத முறைகள் அத்தனையும் உடல், உள ஆற்றலை மேம்படுத்தவே என்பதை உணர வேண்டும். இன்றைய காலங்களில் விரத நாட்களில்த்தான் ஒரு நேர பட்டினி முடிந்ததும் வழமையைவிட வகைவகையான உணவுகள் உள்ளெடுக்கப்படுகின்றன. இந்நிலை அந்த பட்டினியால் ஏற்படும் பயனுக்கு நேர் எதிரான பக்க விளைவுகளைத்தான் ஏற்படுத்தும். இதில் மிக அவதானம் தேவை. பட்டினி முடிவில் அமிலத்தன்மை இல்லாத பழங்கள் அல்லது எளிதில் சமிபாடடையக்கூடிய நீராகாரம் போன்ற மிகமிக எளிமையான உணவு, நீர் என்பவற்றையே உள்ளெடுக்க வேண்டும். பட்டினி நாளை விடுத்து மறுநாள் அதிகாலை இதுபோன்ற உணவை உள்ளெடுத்தல் நலம். அன்று மிக குறைவான உணவை உட்கொண்டு ஓய்வெடுத்து மூன்றாம் நாள் வழமை போன்று உணவருந்தலாம்.

இவ்வாறான பட்டினி இருக்க முடியாதவர்கள் வருடத்தில் இயலக்கூடிய காலங்களில் தொடர்ச்சியாக இருபத்தொரு நாட்கள் சமைக்காத பச்சைக் காய்கறி, பழங்கள், தேங்காய்த் துண்டுகள், வறுக்காத பாதாம், அக்ரூட் போன்ற பருப்புவகைகள், காரட் போன்ற கிழங்குகள் போன்றவையும், தேவைப்படின் கஞ்சி, சூப்பு போன்ற நீராகாரத்தையும் எடுத்துக் கொள்ளலாம். இந்த இருபத்தொரு நாட்களிலும் எந்தவகையிலும் சீனி உள்ளெடுக்கக் கூடாது. தேனீர், கோப்பி குளிர்பானங்கள் போன்றவையும் தவிர்க்கப்படல் வேண்டும். உப்பு, காரம் தவிர்க்கப்பட வேண்டும். தேவைப்படின் பாறை உப்பாகிய இந்துப்பு சிறிதளவு பயன்படுத்தலாம் உடலின் புறச்சுத்தமும் பேணப்பட வேண்டும். இந்நிலையில் உடலானது புதுப்பிக்கப்பட்டது போன்ற பரிபூரண சுகம் பெறும். நாட்பட்ட நோய்கள் நீங்கும். வருடம் முழுவதும் புத்துணர்வோடு உற்சாகமாக வாழ முடியும்.

ஓர் அசாதாரண நாள்

சந்திரவதனா

உடற்பயிற்சி நிலையத்திலிருந்து வெளியில் வந்தபோது வெயில் நன்கு எறித்தாலும், மெல்லிய குளிர்ந்த காற்று உடலைத் தழுவியது. அருகில் உள்ள உணவகத்தின் முன் பலர் சாப்பிட்டுக் கொண்டிருந்தார்கள். சிலர் சாப்பிட்டு முடித்து ஐஸ்கிறீம் சுவைத்துக் கொண்டிருந்தார்கள். எனக்கும் வயிற்றைக் கிள்ளியது. வீட்டுக்குப் போய் சாப்பிட்டு விட்டு வேலைக்குப் போக வேண்டும். மனசு அவசரப் பட்டது. கால்கள் விரைந்தன.

பேருந்துத் தரிப்பிடத்தைத் தாண்டும் போது முகஸ்துதிகளும் நட்பார்ந்த சிரிப்புகளும் மனதுக்கு இதமாக இருந்தன. வழமை போலவே இலங்கைத் தமிழன் ஒருவன் குப்பைவாளிக்குள் வெற்றுப் போத்தல்களைத் தேடிக் கொண்டிருந்தான். அவனை அந்தக் கோலத்தில் காணும் போதெல்லாம் மனசு கொஞ்சம் சங்கடப் படும். விற்றால் அவனுக்கு ஒரு போத்தலுக்கு 25சதங்கள்- கிடைக்கும்.
அவனையும் தாண்டி வீதியை அண்மிக்கும் பொழுதுதான் அவ்விடம் சற்று அசாதாரண நிலையில் இருப்பதை உணர்ந்தேன்.

நான்கைந்து பெண்கள் சூழ்ந்து நிற்க, ஒரு பெண் ஒரு ஆடவனை பட்டம் விடுவது போல் ஒரு கையில் இழுத்துப் பிடித்து வைத்திருந்தாள். அவனும் வலித்துக் கொண்டு ஓடுவதற்குத் தயாரானவன் போல இழுத்துக் கொண்டு நின்றான்.
குளிர்காற்று அவனை ஒன்றுமே செய்யவில்லை. முகமெல்லாம் வேர்த்து ஊற்றிக் கொண்டிருந்தது. கலவரம் படர்ந்திருந்தது. என்ன நடக்கிற தென்று அனுமானிப்பதற்கு எந்த அவகாசமும் எனக்குக் கிடைக்கவில்லை.

திடீரென அந்தப் பெண்ணின் கையிலிருந்து தன்னை விடுவித்துக் கொண்டு மின்னல் வேகத்தில் ஓடியவன், சட்டென்று நடுவீதியில் மல்லாக்காகப் படுத்தான். படுத்தான் என்பதையும் விட விழுந்தான் என்பதுதான் பொருத்தமாக இருக்கும். அருகே கைக்குழந்தையுடன் நின்ற ஒரு இளம்பெண்ணைப் பார்த்து "என்ன நடக்கிறது இங்கே?" என்றேன்.

"சாகப் போகிறானாம். வாழ இனி விருப்பமில்லையாம். பொலிசுக்கு அறிவித்து விட்டோம்..." அவள் சொல்லி முடிக்கவில்லை. வேகமாக வந்த கார்கள் ஒன்றுடனொன்று மோதிக் கொள்ளாத குறையாக ஹகிறீச்´ சத்தங்களுடன் அவன் முன்னே வரிசையாகத் தரித்தன.
முதல் காரில் இருந்தவன் காரை விட்டு இறங்கி ஓடி வந்தான். விழுந்தவனை அழுங்குப் பிடி பிடித்து இழுத்து வந்து ஒரு
படியில் இருத்தி "என்ன பிரச்சனை?" என்று கேட்டான்.

30-35 வயதுகள் மட்டுமே மதிக்கத்தக்க அந்த ஆடவன் "நான் சாகப் போகிறேன். என்னைச்சாக விடுங்கள்" என்று உச்சாடனம் செய்து கொண்டே இருந்தான்.
ஆனாலும் இப்போது பிடித்திருப்பவனின் பிடியிலிருந்து அவன் மீண்டும் வீதிக்கு ஓட முடியாது என்பது திடம். எனக்கும் அவசரம். மனம் அங்கேயே நிற்க நான் அவ்விடத்தை விட்டு நகர்ந்தேன். இல்லை-விரைந்தேன்.
பத்திரிகையில் அவனைப் பற்றிய செய்தி வரும் என நினைத்துக் காத்திருந்தேன். இன்று வரை இல்லை. அங்கு நின்றிருந்த பெண்களில் எவரும் எனக்கு முன்னரே அறிமுகமானவர்களும் அல்லர். அவன் இப்போது எப்படி இருக்கிறான் என்று யாரையும் கேட்க முடியவில்லை.

ஏனோ மனசுக்குள் அந்த ஆடவனின் முகம் உறுத்திக் கொண்டே இருந்ததால், பத்திரிகாலயத்தில் கடமையாற்றும் எனது மகனைத் தொடர்பு கொண்டு "இப்படியொரு சம்பவம் நடந்ததே, ஏன் அது பற்றி எதுவுமே பத்திரிகையில் வரவில்லை?" எனக் கேட்டேன்.

"தற்கொலை சம்பந்தமான விவரணங்கள் எதுவுமே முடிந்த வரை எமது பத்திரிகையில் பிரசுரமாகாமல் நாங்கள் பார்த்துக் கொள்கிறோம். எமது பத்திரிகையால் யாரும் தற்கொலைக்குத் தூண்டப்பட்டு விடக் கூடாது"- என்றான்.

ஒருபானை சோற்றுக்கு.....

மாதவி

"அலையும் மனமும் வதியும் புலமும்"

சந்திரவதனா

சந்திரவதனா (1959) ஈழத்தில் மேலைப்புலோலியூர் ஆத்தியடி பருத்தித்துறையைப் பிறப்பிடமாகக்கொண்டவர்.

இவர் 1986 இருந்து குடும்பத்துடன் யேர்மனியில் வசித்துவருகிறார்.

1975 இலிருந்து எழுதிக்கொண்டிருக்கும் இவரது பன்முகப்படைப்புக்கள் வானொலி பத்திரிகைகள் சஞ்சிகைகள் இணைய இதழ்கள் என பலதளங்களிலும் வெளிவந்திருக்கின்றன. இவரது முதல் தொகுப்பு மன ஓசை முப்பது கதைகளுடன் 2007 இல் வெளியானது

சிறந்த படைப்பாளியான சந்திரவதனா அவர்களது **"அலையும் மனமும் வதியும் புலமும்"** எனும் சிறுகதைத்தொகுப்பு கடந்தமாதம் வெளிவந்தது. .இது இவரது இரண்டாவது தொகுப்பு.
19 சிறுகதைகளை உள்ளடக்கிய இந் நூல் பிரபல ஓவியர் முனாவின் அட்டைப்பட ஓவியத்துடன் சிறந்தபதிப்பாக வெளிவந்துள்ளது. இந்தத் தொகுப்பில் இரு கதைகள் வெற்றிமணியில் வெளிவந்தவை என்பது பதிவாகியுள்ளது கண்டு மகிழ்கின்றேன்.

பக்கங்களைப் புரட்டும்போது காகிதத்தின் பரிசம் ஏதோ இனம்தெரியாத உறவைத்தருகிறது.அந்தக்காகிதம் எங்கேயோ நீண்டகாலம் எம்முடன் பயணித்ததுபோன்ற ஓர் உணர்வும் கூடவே வருகிறது. ஒரு ஓவியன் காகிதத்தின் மேல் பென்சிலால் வரைய இடம்கொடுத்து சிரித்துமகிழும் காகிதம் என்றும் இதனைச் சொல்லலாம்.

தொடர்ச்சி 17ம் பக்கம்

வாகனச் சாரதி பயிற்சி நிலையம்
HK Hammacher
Fahrschule- hk- hammacher.de
எமது இணையத்தளத்தை பார்க்கவும்
ஆங்கிலம்,யேர்மன்,பிரஞ்,துருக்கி மொழிகளில்
வகுப்புக்கள் உண்டு.பரீட்சைக்கு வரக்கூடிய வினாக்கள், கார் மற்றும் மோட்டோசைக்கிளிற்கும் சிறப்பாகத் தெரிவுசெய்துகற்பிக்கப்படும்.
19 வருட சிறந்த அனுபவம்
தமிழில் தொடர்புகளுக்கு: 0172 57 35 454
HK Hammacher
Schleswiger Str .5
44145 Dortmund
0231 81 55 94
0173 56 46 651
MPU ASF FES
இவர்களுக்கான சிறப்பு வகுப்புக்களும் உண்டு!

Nandy's Catering & Partyservice
உங்கள் இல்லத்தில் எந்த வைபவங்களாக இருந்தாலும்
குன்றாத சுவையுடன், சுடச் சுடப் பரிமாறுகின்றோம். இலங்கை இந்திய ஐரோப்பிய
உணவுகளையும் தயாரித்த வழங்குகின்றோம்.
பரிமாறுதல் ஒரு கலை அது எமது நிறுவனத்தின் கைவந்தகலை!
ஒரே குடையின் கீழ் எங்கள் சேவை!
உணவு விநியோகம் பாரிமாறல் மற்றும் நிழல்படம், வீடியோ
அதுமட்டுமன்றி எமது திறமையான ஊழியர்கள் உங்கள்
விழாவை திட்டமிடுதல், திருமணமேடை, மண்டபம்
மற்றும் மண்டபச் சோடனைகள் மற்றும்
நடைமுறைப்படுத்துதல் போன்றவைகளுக்கு உதவ
ஆயத்தமாக உள்ளளோம்
NANDY'S CURRY'S & MORE
WWW.NANDYS.DE
Düsseldorf
Mobil 0173-7424955
Tel:0211 76 91 974
www.Nandys.de
e.mail:info@nandys.de

Frankfurt நகரில்....
Jaffna Bazar
Jaffna Bazar
உங்கள் பழைய நகைகளைத் தந்து
2019 ஆண்டின் புதிய டிசைன் நகைகளைப் பெறுங்கள்!
தங்க நகைகள்
தரமானவை மட்டும்
என்றும் எம்மிடம்
கிடைக்கும்
KADHIR
Laila
Basmati Rice
உங்கள் இல்லத்திற்கு தேவையான அனைத்து
மளிகைப்பொருட்களும் பசுமையான
மரக்கறி மற்றும் கடல் உணவு வகைகளும்
நம்மிடம் கிடைக்கும்
வாருங்கள் தாயகத்தில் நிற்கும் உணர்வை
நீங்கள் பெறுவீர்கள்
Kaiser Straße.49
69329 Frankfurt Main
Tel: 069 25 62 6353
e.mail:jbspiece2018@yahoo.com
0049 69 25626353
0049 179 4792961
0049 151 71520425

தம்பதிகளின் நூல்களின் வெளியீட்டு விழா

திரு திருமதி சிவராசா தம்பதிகளின் நூல்கள் வெளியீட்டு விழா ஜேர்மன் தமிழ் எழுத்தாளர் சங்க அனுசரணையுடன் 16.06.2019 அன்று டியூஸ்பேர்க் நகரில் 14.30 மணிக்கு நடைபெற்றது.

முதலில் மங்கலவிளக்கேற்றலுடன் மங்கலகரமாக தொடங்கி, அகவணக்கம், தமிழ்தாய் வாழ்த்து, வரவேற்புரை, வரவேற்பு நடனம் என ஆரம்ப நிகழ்ச்சிகளுடன் தொடர்ந்தது. தலைமையுரையை ஜேர்மன் எழுத்தாளர் சங்க தலைவர் திரு அம்பலவன் புவனேந்திரன் அவர்கள் நிகழ்த்தினார்.

இரண்டு அழகான நூல்களையும் செல்வன் பிரணவன் யோகராசா அவர்கள் வெளியிட உயிரினில் பாதி என்ற நூலின் முதல் பிரதியை திரு சின்னத்தம்பி சிவஅருளும், மனிதரில் எத்தனை நிறங்கள் என்ற நூலின் முதல் பிரதியை திரு ஐ. இரகுநாதனும் பெற்றுக்கொண்டார்கள்.

உயினில் பாதி என்ற கவிதை நூலினை தமிழ்மணி திருமதி நகுலா சிவநாதன் திறம்பட விமர்சனம் செய்திருந்தார்.

மனிதரில் எத்தனை நிறங்கள் என்ற சொல்லோவிய நூலினை இளைஞன் செல்வன் சிவவினோபன் தனக்கென உரிய பாணியில் மிகச்சிறப்பாக அதன் கருத்துக்களை விபரித்திருந்தமை பாராட்டுக்குரிய விடயமாகும்.

பிரதமவிருந்தினராக ஆசிரியர் ஆலோசகர், எழுத்தாளர்த திரு. க. அருந்தவராஜா ஜெனீவாவில் இருந்து வந்து கலந்து நூலாசிரியர்கள், நூல்கள் பற்றியும் சிறப்பாக கூறினார். எழுத்தாளர் என்பவர் யார்? என ஒரு கதையுடன் அழகாக கூறியிருந்தார். மேலும் சிறப்பு விருந்தினராக வெற்றிமணி ஆசிரியர் கலாநிதி மு.க.சு.சிவகுமாரன் அவர்கள் கலந்து சிறப்புரை யாற்றியிருந்தார்.

கௌரவவிருந்தினனராக திரு. ஐ. இரகுநாதன் கலந்து சிரிக்கவும், சிந்திக்கவும் கூடியவாறு உரையாற்றியிருந்தார். திரு. பொ. சிறிஜீவகன் அவர்களின் சிறப்புரையும் இடம்பெற்றது.திரு. இராமேஸ்வரம், திரு. குகதாசன், திருமதி. கௌசி சிவபாலன், திருமதி கலைவாணி இராமநாதன் அவர்களது வாழ்த்துரைகளும் இடம்பெற்றன.

சாந்தினி துரையரங்கன், கலைநிதி சபேசன் அவர்களின் மாணவர்களின் நடனங்களும் இடம்பெற்றன.ஏற்புரைகளை திரு. திருமதி. சிவராசா அவர்கள் இருவரும் தனித்தனியாக உரைகளாற்றி நன்றிகள் கூறினார்கள். நிகழ்ச்சிகளை திருமதி துரையரங்கன் சாந்தினி அவர்கள் தொகுத்து வழங்கினார்.

15 ம் பக்கத் தொடர்ச்சி

ஒருபானை சோற்றுக்கு.....

ஒரு சிறுகதை தொகுப்புக்கும் இந்தக் காகிதத்திற்கும் என்ன தொடர்பு என எண்ணினால் அது இதுதான். பேத்தியை வீடியோக் கோலில் கொஞ்சுவதற்கும் நேராக பூமணத்துடன் வாரி அணைத்து பேத்தியைக் கொஞ்சுவதற்குமான உணர்வே அது.

பொட்டு, குட்டைப்பாவாடைப் பெண்,வாயிருந்தால் வங்காளம் போகலாம், அவன் ஆம்பிளை! நான் பொம்பிளை!! கரண்டி, எனப் 19 கதைகளின் தலைப்புக்கள் விரிகின்றன. கதைகளின் தலைப்புகளில்கூட தாய்மண்ணை விட்டு அந்நியப்படாத உணர்வு சந்திரவதனாவிடம் தெரிகிறது. அன்று வீட்டு முற்றத்தைக் கூட்டும்போது வானொலியில் சித்திரைச் செவ்வானம் சிரிக்கக்கண்டேனே என்ற பாடலுக்கும் நடுவாலே தெளிவாக சில குரல்கள் ஆச்சி, அப்பு, அப்பா, அம்மா, அண்ணன், தங்கை,சுற்றத்தார் என அவர்களிடம் இருந்து வரும் வசனங்கள்தான் பெரும்பாலும் இங்கு கதைகளின் தலைப்பாக உள்ளது.

ஒரு படைப்பாளி கதை சொல்வதற்கு முன் கதைக்களத்திற்கு அழைத்துச் செல்வது தலைப்புத்தான். கதையின் பாத்திரம் எதோ ஒரு விநாடியாவது அது வாசிப்பவர்களை அது நான்தான் என நினைக்க வைக்காமல் இங்கு எந்தக்கதையும் நகராது. கதைகள் ஒவ்வொன்றாகச் சொல்லாமல் ஒரு கதை மேலே தந்துள்ளேன். ஒரு பானை சோற்றுக்கு ஒரு சோறு பதம் என்பது போல. ஒரு பத்தரிகை தர்மத்தை வெளிப்படுத்தும் இக்கதை வெற்றிமணியின் 275 வது இதழில் வெளிவருவது மகிழ்ச்சி. 275 இதழிலும் இத்தர்மம் வெற்றிமணி கடைப்பிடித்துள்ளது என்பதை கதாசிரியருடன் சேர்ந்து மகிழ்கின்றேன்.

www.manjilas.com
Double Horse
Bringing health to life!
எமது தயாரிப்புக்கள்
30 நாடுகளுக்கு மேல்
உங்களை நாடிப் பறக்கிறது.
Our Products
Fly to Over
30
Countries.
Double Horse.
Delighting the world with good food.
For the past 59 years.
VEG RANGE Tender Mango Pickle
NON VEG RANGE Prawn Pickle & Fish Pickle
Rice String Hoppers
Rice Sevai
Palada Kheer Mix
Vermicelli Kheer Mix
Rice Palada Kheer Mix
Virgin Coconut Oil
Coconut Milk
Roasted White Rice Flour
Easy Palappam Mix
Sona Masoori
Vadi Matta Rice
STAR-IMPEX, Franziusstrasse 150 Dortmund,44147,
Germany,TEL. No : +49 231 8602696, Email Id: info@star-impex.de.
Manjilas Food Tech Pvt. Ltd., Thrissur, Kerala. www.manjilas.com, also at amazon.in
/DoubleHorse.Manjilas Distributor/Trade enquiries solicited. Customer Care No: 94464 43333

நெடுந்தீவு முகிலனின்

கூட இருப்பவர்கள்

வாழ்க்கையில் ஒரு நல்ல நிலையை அடைய முயற்சிக்கும் சந்தர்ப்பத்தில் தான் நிறைய பிரச்சினைகள் உங்களை தேடி வரும்.

ஆரம்பத்திலேயே இதை விட பல மடங்கு துன்பங்களை நீங்கள் கடந்து இருப்பீர்கள். ஆனால் இதை எதிர் கொள்வது உங்களுக்கு கடினமாக இருக்கலாம்.

ஏனென்றால் இது உங்களோடு கூட இருப்பவர்களால் ஏற்படுத்தப்படுவது.

உங்கள் முன்னேற்றத்தை தாங்க முடியாமல் பொறுக்க முடியாமல்- இந்த நேரத்தில் உங்களை எப்படியாவது அமுக்கி விட நினைப்பார்கள்.

இது தான் சந்தர்ப்பம் பார்த்து குரோதத்தை வெளிப்படுத்தும் துரோகத்தின் உச்ச கட்டம்.

இவர்களை நீங்கள் வாழ்க்கையில் உண்மையாகவே நேசித்து கொண்டு இருப்பீர்கள். கொஞ்சம் கூட நீங்கள் சந்தேகப்பட மாட்டீர்கள்.

உங்கள் துயரத்தில் பங்கெடுப்பார்கள். நீங்கள் அதிலிருந்து வெளி வருவதற்கான ஆறுதலும் சொல்வார்கள்.

உங்களை வீழ்த்துவதை தவிர அவர்களுக்கு வேறு சிந்தனை இருக்காது. அதை நிகழ்த்துவதற்காக அடிமட்டம் வரை செல்வார்கள்.

உங்களின் இப்போதைய நிலைமை அறிந்து அதற்கு ஏற்றால் போல் மறைமுகமாக வேலை செய்து கொண்டே இருப்பார்கள்.

நீங்கள் மீண்டு வருவதற்கான எல்லா பாதைகளையும் கதவுகளையும் அடைப்பதற்கு இவர்களால் முடியும்.
இவர்களை கூட வைத்துக்கொண்டு நீங்கள் வாழ்க்கையில் எதையும் சாதித்து விட முடியாது.
உங்கள் வெற்றியை தீர்மானிப்பது உங்களோடு கூட இருப்பவர்கள் தான்!
நீங்கள் முயற்சிக்காக உழைப்பதற்கு முன்னரே தயவுசெய்து உங்களோடு சேர்ந்து இருப்பவர்களை மிகச்சரியானவர்களாக தேர்வு செய்து கொள்ளுங்கள்.

அருகில் உள்ளவர்களுடன் அற்றுப்போன பேச்சுக்கள்

றஜினா தருமராஜா

அருகில் உள்ளவர்களுடன்
அற்றுப் போன பேச்சுக்கள்
எங்களின் நவீன உலகில்
வேறு என்ன எதிர் பார்க்க முடியும்?!
அருகில் இருப்பவர்களுடன் நாம் தற்போது
நிறைய உரையாடுவதே இல்லை. அனைத்தும்
வற்சப். நான் கூறுவது சரி அல்லவா?
அப்பா, அம்மா, அண்ணா, அக்கா, தம்பி,
தங்கை அனைவருடனும் ஒரே வீட்டில் இருந்து
கொண்டும் தொலைபேசியில்
பேசி வருகிறார்கள்.

என்ன காரணமாக இருக்கலாம்…

முதல் காரணம் அவர்களின் வசதியைப் பார்ப்பார்கள்.
வேறு அறையில் இருப்பவர்களுடன் உரையாடுவதற்கு இருக்கின்ற இடத்தில் இருந்து பேசுவது சுலபம் அல்லவா. மற்றும் எங்கு சென்றாலும் கையில் இருப்பது கைத்தொலைபேசி. அடிமை ஆகி விட்டோம்.

நவீன உலகில் வாழ்ந்து வரும் நாம் இணையத்தளம், தொலைக்காட்சி அனைத்து விடயங்களிலும் ஈடுபடுவதினால் பேச்சுக்கள் அற்று போய்விட்டன.
அன்றைய காலத்தில் குடும்ப விழாக்களுக்கு அழைப்பிதழ் கொடுப்பதற்கு வீடுகள் செல்வர். ஆனால் இப்போது மின்னஞ்சல் வற்சப் போன்றவை போதும்.

கைத்தொலைபேசியின் தொடுகை அல்ல இது இது உயிரின் பரிசம்

விழாக்களுக்கு தேவையான பொருட்கள் இணையத்தளத்தில் வாங்கிக் கொள்வர். கடைகளுக்குச் சென்று அங்கு உள்ளவர்களுடன் உரையாட முடியாது.
இவ்வுலகில் துன்பத்தில் இருப்பவர்களுடன் நேர் சென்று உரையாடுவது இல்லை. நேராகச் சென்று அவர்களின் துன்பத்தைப் போக்குங்கள். அவர்களை சந்தித்து ஆறுதல் கூறுங்கள்.

அன்பு, காதல், ஆறுதல் கூறுவது அனைத்தும் தொலைபேசியில் மட்டுமே இருத்தல் கூடாது.
உங்கள் வீட்டில் இருப்பவர்களுடன் கலந்து உரையாடுங்கள். நவீன சாதனை நன்று ஆனால் அடிமை வேண்டாம். தமிழ் வளரவும் உரையாடுங்கள் உரையாடிக்கொண்டே இருங்கள்!

மனிதருக்கு எத்தனை முகங்கள்

நமது முகங்களின் சதுரங்கம் ஆட்டம் முடிவடைவதில்லை. ஆலயத்துக்குள் நுழையும் போது நமக்குள் இருக்கின்ற முகங்களில், புனிதத்தின் அதிகபட்ச சாயலுடைய ஒரு முகத்தை அணிந்து கொள்கிறோம். அந்த முகத்தில் பிழையின் சுருக்கங்கள் கூட இருக்காது. கழுவி வைத்த கடவுளைப் போல அந்த முகங்கள் பளிச்சிடும். கடவுளே கண்களைக் கசக்கிக் கொண்டு குழம்பிப் போய் பார்ப்பார். ஆலயம் முடிந்தபின் கழற்றி வீசப்படும் அந்த முகத்தின் வேலை அடுத்த ஆலய பிரவேசம் வரை தேவைப்படாது.

கொள்கிறோம். சில வேளைகளில் நாம் அணிந்திருக் கின்ற முகம் என்ன என்பதில் நாமே குழம்பிப் போவதும் உண்டு. அலுவலகம் முடிந்து வீடு திரும்பும் போது பிள்ளைகளின் முன்னால் புதிய ஒரு முகம். மனைவியின் முன்னால் இன்னொரு முகம் என குரங்குகளை விட வேகமாய்த் தாவுகிறோம்.

சேவியர்

"அடேயப்பா.... சரியான பச்சோந்தியா தான் இருப்பான் போல. அவன் வாயால சொன்னதையே இப்போ மாத்தி சொல்றான். அன்றைக்கு ஒரு மாதிரி பேசறான் இன்றைக்கு ஒரு மாதிரி பேசுறான்".

"யப்பப்பா என்னா நடிப்பு.... என்னிடம் நல்லவ மாதிரி பேசிட்டு, அவவிடம் போய் என்னை பற்றி வேற மாதிரி சொல்லியிருக்கா. இவர்களை எல்லாம் நம்பவே கூடாது. புடவை மாதிரி முகத்தை மாற்றி மாற்றிக்கொண்டே இருக்கிறா"

இப்படிப்பட்ட உரையாடல்களை நாம் அடிக்கடி சந்திக்கிறோம். பல வேளைகளில் நாம் இத்தகைய உரையாடல்களை நிகழ்த்தவும் செய்கிறோம். மக்கள் ஹெல்மெட்டை அணிந்து கொள்வது போல முகங்களை அணிந்து கொள்கிறார்கள் என்பது தான் நமது ஆதங்கம்.

உங்க வீட்ல முகம் பார்க்கும் கண்ணாடி இருக்கா ? அப்படியென்றால் முதல்லில் அந்த கண்ணாடி முன்னாடி போய் நில்லுங்கள். அந்த கண்ணாடியில் தெரியும் முகம் ஒரு நாளைக்கு எத்தனை தடவை எப்படியெல்லாம் தன்னுடைய முகத்தை மாற்றியிருக்கு என்பதை யோசித்துப் பாருங்கள். அப்போ புரியும் ! முகங்களை மாற்றுவது என்பது பிறருடைய பழக்கம் மட்டுமல்ல, நம்முடைய பழக்கமும் அது தான் எனும் விஷயம்.

காலையில் எழும்பி சுடச்சுட ஒரு கப் தேனீர் குடிக்கும் போது இருக்கின்ற முகம் கொஞ்ச நேரத்தில் காணாமல் போய்விடும். அலுவலக பரபரப்புகளில் இன்னொரு முகம் வந்து அமர்ந்து கொள்ளும். கோபமும் எரிச்சலும் அந்த முகத்தில் படரும். அதே நேரத்தில் ஏதோ ஒரு நண்பனின் தொலைபேசி அழைப்பு வருகிறது என வைத்துக் கொள்ளுங்கள், சட்டென இன்னொரு முகம் வந்து தற்காலிகமாய் அமர்ந்து, அந்த கால் முடிந்தவுடன் காலார நடந்து போய்விடும்.

வீட்டை விட்டு வெளியே கிளம்பும்போது பொதுவெளியில் இன்னொரு முகத்தை எடுத்து அணிந்து கொள்கிறோம். அந்த முகம் நமக்கே பிடிக்காத முகமாய் பல நேரங்களில் அமைந்து விடுகிறது. வெறுப்பின் வார்த்தைகளை அது வழிநெடுக உமிழ்ந்து கொண்டே வருகிறது.

அப்படியே வண்டியை அலுவலக பார்க்கிங்கில் நிறுத்தி விட்டு அலுவலகத்துக்குள் நுழையும் போது அணிவோம் பாருங்கள் ஒரு முகம் ! அந்த முகம் ஒரு சிறப்பான பணியாளனைப் போல ஜொலிக்கும். அதிலும் குறிப்பாக மேலதிகாரியைச் சந்திக்கும் போது முக்கனியின் சுவையைப் பிழிந்தெடுத்த ஒரு புன்னகையும் மரியாதையும் நம்மிடமிருந்து புறப்படும்.

அலுவகலத்தில் அணிவதற்கென நமக்கு பல பிரத்யேக முகங்கள் உண்டு. ரிசப்சனில் இருப்பவர்கள், செக்யூடிரி பணியாளர்கள், கேன்டீன் ஊழியர்கள், துப்புரவாளர்கள், நமக்குக் கீழே வேலை செய்பவர்கள், நமது உயரதிகாரிகள் என ஒவ்வொருவருக்கும் ஏற்ற வகையில் பல முகங்களைக் கொண்டு திரிகிறோம்.

நிமிடத்துக்கு நிமிடம், சூழலுக்கு ஏற்ப அந்த முகத்தை எடுத்து அணிந்து

அத்துடன் நமது முகங்களின் சதுரங்கம் முடிவடைவதில்லை. ஆலயத்துக்குள் நுழையும் போது நமக்குள் இருக்கின்ற முகங்களில், புனிதத்தின் அதிகபட்ச சாயலுடைய ஒரு முகத்தை அணிந்து கொள்கிறோம். அந்த முகத்தில் பிழையின் சுருக்கங்கள் கூட இருக்காது. கழுவி வைத்த கடவுளைப் போல அந்த முகங்கள் பளிச்சிடும். கடவுளே கண்களைக் கசக்கிக் கொண்டு குழம்பிப் போய் பார்ப்பார். ஆலயம் முடிந்தபின் கழற்றி வீசப்படும் அந்த முகத்தின் வேலை அடுத்த ஆலய பிரவேசம் வரை தேவைப்படாது.

இப்படி நண்பர்களுடன் பேசுவதற்கு, தோழிகளிடம் பேசுவதற்கு, ரகசிய உரையாடல்களுக்கு, பொதுவெளி உரையாடல்களுக்கு, மேடைப் பேச்சுகளுக்கு, ஆடைப் பேச்சுகளுக்கு என ஒவ்வோர் தளத்துக்கும் தயாராக நாம் அவதாரங்களை அணிந்து கொள்கிறோம்.

இத்தனை முகங்களோடு முட்டி மோதி, முட்டியுடைந்து கிடக்கும் நாம் தான், இன்னொருவர் மீது மிக எளிதாக குற்றம் சுமத்தி விடுகிறோம். அதற்குக் காரணம் இல்லாமல் இல்லை. "நாம் நம்மைப் பற்றிய குறைகளை எளிதில் கண்டுகொள்வதில்லை. பிறருடைய குறைகளையே காண்கிறோம். இதற்குக் காரணம் நாம் நம்மைப் பற்றி உள்ளுக்குள் எழுதி வைக்கின்ற சமாதானங்களே" என்கிறது உளவியல்.

நமது வாழ்க்கையைப் பொறுத்தவரை நாம் செய்கின்ற தவறுகளைக் கூட சரியென்றே மனம் பதிவு செய்கிறது. பளிச் எனத் தெரியும் தவறுகளுக்கு "காரண காரியங்களை" துணைக்கு அழைத்துக் கொள்கிறது. அதே தவறை இன்னொருவர் செய்யும் போது "அவன் ஒரு பச்சோந்தி" என பளிச் என சொல்லி விடுகிறோம் , எந்த வித தயக்கமும் இல்லாமல்.

அலுவலகத்தில் இரண்டு வேலைகள் இருக்கின்றன என வைத்துக் கொள்ளுங்கள். ஒருவரை அழைத்து ஏதாவது ஒரு வேலையைச் செய்யச் சொன்னால் இருப்பதில் எளிதான வேலையைத் தான் அவர் செய்வார். " ரெண்டுமே ஒரே மாதிரி வேலை தான்.. ஒண்ணு கஷ்டம் ஒண்ணு ஈசி என்றெல்லாம் கிடையாது" என தனது தேர்வை நியாயப்படுத்துவார்.

அதே நேரம், கடினமான வேலை அவருக்குத் தரப்பட்டால், "எனக்கு மட்டும் கஷ்டமான வேலை, அடுத்தவனுக்கு ஈசியான வேலை" என்பார். இது யதார்த்தம். இதை ஆய்வு முடிவுகளும் நிரூபித்திருக்கின்றன. நாம் போலித் தனத்தின் இயல்பில் வளர்கிறோம் என்பதையே இது ஊர்ஜிதப்படுத்துகிறது.

நண்பர்கள் காரசாரமாக வியர்க்க விறுவிறுக்க, கண்கள் சிவக்க, நரம்புகள் புடைக்க அரசியல் விவாதம் செய்வதைக் கண்டிருப்போம். அதே நண்பர் இன்னொரு கட்சி மாறி இன்னொருவரை ஆதரிக்கும் போது, சட்டென முகமூடியை மாற்றி நேர் எதிராக தனது கருத்துகளை அள்ளி வீசுவதையும் புன்னகையோடு எதிர்கொள்கிறோம்.

இன்னும் வேறு முகங்களின் தொடர்ச்சி 21 ம் பக்கம்

20ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

மனிதருக்கு எத்தனை முகங்கள்

"நானெல்லாம் மதவாதியில்லை. மத நல்லிணக்கம் தான் தேவை. எல்லா மதமும் ஒரே விஷயத்தைத் தான் போதிக்குது." என்றெல்லாம் பொதுவெளியில் பேசுகின்ற ஒருவர், தான் சார்ந்த மத நிகழ்வுகளில் கலந்து கொள்ளும் போது முற்றிலும் வித்தியாசமான ஒரு மனிதராகப் பரிமளிப்பதை நாம் பார்க்கலாம்.

அமெரிக்க வீதியில் "நான் இந்தியன்" என மார்தட்டிக் கொள்ளும் நாம் அப்படியே மும்பை விமான நிலையத்தில் வந்திறங்கியதும் நான் இந்தியன் அல்ல, நான் தமிழன் என சட்டென ஒரு முகமூடியை அணிந்து கொள்கிறோம். அல்லது குறைந்தபட்சம் சென்னை வந்திறங்கும்போதாவது அதை அணிந்து கொள்கிறோம்.

சூழலுக்கும், ஆட்களுக்கும் தக்கபடி முகத்தை மாற்றுவது போல, பிறருடைய முகத்துக்கு ஏற்றபடி நாம் முகமூடி அணிந்து கொள்வதும் சர்வ சாதாரணமாய் நடக்கும். அதிலும் குறிப்பாக நமது மேலதிகாரிகள், நமது பிரியத்துக்குரியவர்கள் என்ன முகமூடி அணிந்திருக்கிறார்களோ அதன் அடிப்படையிலான முகமூடிகளை நாம் அணிந்து கொள்கிறோம். அதிகாரியின் முடிவுகளை ஆதரிக்கும் முகமூடிகள் நமக்கு பல நேரங்களில் அவசியமாகின்றன. மனைவியின் முடிவுகளுக்கு ஆமோதிக்கும் முகமூடிகள் நமக்கு எப்போதுமே தேவைப்படுகின்றன.

முகமூடிகள் சில நேரங்களில் அழகானவை. காதலியின் விரல்கோர்த்து கடற்கரை மணலில் புரளும் காதலன் சொல்கின்ற கவிதைப் பொய்கள் முகமூடியின் முல்லைப் பூக்கள். எனக்குப் பிடித்தது உன் கண்களும், உன் புன்னகையும் தான் என அவன் சொல்வதில் அக்மார்க் பொய் ஒளிந்திருக்கும். உன் அழகுக்காக நான் உன்னை விரும்பவில்லை, உன்னுடைய குணம் என்னை வசீகரித்துவிட்டது எனும் உரையாடலில் பொய்யின் ஆட்டுக்குட்டிகள் ஓடித் திரியும். அவையெல்லாம் அழகியலின் இழைகள். சிலிர்ப்பு மழையின் முகமூடிகள்.

முகமூடிகள் சில நேரங்களில் அவை அவசியமானவை. வீட்டில் பிஸியாக இருக்கும் நேரத்தில் வந்து நுழைகின்ற பக்கத்து தெரு அங்கிளை விரட்ட முடியாது. "வாங்க அங்கிள் வந்து ரொம்ப நாளாச்சு, நேற்று கூட பேசிட்டிருந்தோம், என்னடா அங்கிளை இன்னும் காணோமேன்னு" என சொல்லும் முகமூடிப் பதிலில் நிச்சயம் உண்மையில்லை. ஆனால் விருந்தோம்பலின் வழிப்பாதையில் அது அவசியம். காயப்படுத்தாத கனிவுப் பயணத்தில் அது அத்தியாவசியம்.

முகமூடிகள் சில நேரங்களில் அருவருப்பானவை. உறவுகளின் இடையே அவை போலியாய் நுழையும் போதும், நம்பிக்கையின் போர்வைகளில் அவை கொடும் நாகங்களாய் நகரும் போதும், அன்பின் அருவிகளில் அவை விஷத்துளிகளாய் கரையும் போதும் முகமூடிகள் அருவருப்பானவை. "சர்வம் மனைவி மயம்" என நடித்து விட்டு இன்னொரு காதலை வளர்ப்பவனின் முகமூடிகள் அவலட்சணமானவை. "கணவனே கண்கண்ட தெய்வம்" என போற்றி விட்டு இன்னொரு ரகசியக் காதலனைக் கொண்டிருக்கும் பெண்ணின் முகமூடிகள் வெறுப்புக்குரியவை. அவை சமூகத்தின் வேர்களிலிருந்து விலக்கப்பட வேண்டியவை.

நமது தேவை, பிறருடைய முகத்தில் இரண்டாம் தோலாக ஒட்டிக் கொண்டிருக்கும் முகமூடியை அடையாளம் காண்பதோ, அறுத்தெறிவதோ அல்ல. நமது மனதில் அலுமாரிகளில் நாம் அடுக்கி வைத்திருக்கும் முகமூடிகளில் தேவையற்ற அத்தனை முகமூடிகளையும் ஆழக் கடலில் அமிழ்த்தி விடுவது தான். அதற்கு, நமது பார்வை பிறரைப் பார்க்கும் புறப்பார்வையாய் இல்லாமல், நம்மைப் பார்க்கும் அகப்பார்வையாய் மாற வேண்டும்.

இயேசுவின் வாழ்க்கையில் ஒரு நிகழ்வு உண்டு. இயேசு ஆலய முற்றத்தில் அமர்ந்து மணலில் எதையோ வரைந்து கொண்டிருக்கிறார். அப்போது பாலியல் குற்றத்தில் கையும் களவுமாகப் பிடிபட்டதாய் ஒரு பெண்ணை இயேசுவின் முன்னால் வீசுகிறார்கள் சதிகரர்கள்.

கூடியிருந்த மக்களின் கையில் கொலைவெறியுடன் மூச்சிரைக்கும் கற்கள். மோசேயின் சட்டப்படி பாலியல் குற்றம் செய்த பெண் கல்லால் எறிந்து கொல்லப்பட வேண்டும். குற்றம் செய்த பெண் தரையில் கிடக்கிறார். இப்போது இயேசுவைப் பார்த்துக் கேட்கிறது கூட்டம். சட்டத்தைப் பின்பற்றி கல்லால் எறியவா ? எறியாமல் விட்டு விடவா ? என்ன சொல்கிறீர் ?

அந்தக் கேள்வி இரு புறமும் கூர்மையான வாள். "சரி..எறியுங்கள்" என்றால் - இயேசு அன்பானவர், ஏழைத் தோழன், எளியவர்களின் பாதுகாவலர் எனும் பிம்பம் உடையும். "வேண்டாம் விட்டு விடுங்கள்" என்றால் சட்டத்தை மீறியவர் எனும் தண்டனைக்குரிய குற்றம் வரும். இயேசு அந்தக் கேள்வியைச் சீண்டவில்லை. ஏறெடுத்தும் பார்க்கவில்லை. ஒரே ஒரு வாக்கியம் சொன்னார்.

"உங்களில் பாவம் இல்லாதவன், முதல் கல்லை எறியட்டும்"

அவ்வளவு தான். திகைத்துப் போனது கூட்டம். எடுத்த கல்லைக் கொண்டு தங்களைத் தாங்களே எறியும் அவஸ்தை அவர்களுக்கு. எல்லோர் மனக்கண்ணிலும் அவர்களுடைய பாவத்தின் பட்டியல் வந்து நீண்டிருக்கும். அவர்கள் அணிந்திருந்த "மதக் காவலர்" முகமூடி கிழிந்து தொங்கியது. வேறு வழியில்லை. கற்களைப் போட்டு விட்டு விலகிச் சென்றனர்.

இது தான் நம்மை நோக்கி நீட்டப்படும் கேள்வியும். நம்முடைய முகமூடிகள் எத்தனை ? அது யாரையெல்லாம் காயப்படுத்தியிருக்கிறது ? எந்தப் போலித்தனங்களெல்லாம் நம்மை விட்டு அகற்றப்பட வேண்டும் ? சிந்திப்போம்.

முகமூடிகளற்ற முகங்களோடு உறவுகளை நேசிப்போம். வாழ்க்கை அர்த்தப்படும்.

Easy Holiday
Travels & Tours

உலகின் எப்பாகங்களுக்கும் சென்று வருவதற்கான விமான பயணச்சீட்டுகளை குறைந்த விலையில் நிறைந்த மனதுடன் தருகின்றோம்

தொடர்புகளுக்கு: Thureiraj Rukshan

எம் மக்களின் அபிமானம் வென்ற
Easy Holiday
Travels & Tours

தாய்நாடு சென்றுவர மலிவு விலையில்

- விமானச்சீட்டுக்கள்
- பயணக் காப்புறுதிகள்
- வாகன வசதிகள்
- வீசா உதவிகள் (இந்தியா இலங்கை)
- ஹோட்டல் வசதிகள்

Westring 36
44623 Herne
Germany

Mob:0152 1365 4331 - 0152 04153138

Tel:02323 965 4426 Fax:02323 9654427
e.mail: ezholiday16@gmail.com

நிருத்திய நாட்டியாலயத்தின் 30 வது ஆண்டுவிழா

யேர்மனியில் முன்ஸ்ரர் நகரில் கடந்த சனிக்கிழமை 08.06.2019 நிருத்தியநாட்டியாலயத்தின் 30 வது ஆண்டுவிழா சிறப்பாகக் கொண்டாடப் பட்டது. பக்குவக்குருமணி பாஸ்கரக்குருக்கள் அவர்களின் நடராஜர் பூஜையுடன் விழா ஆரம்பமானது. விழாவின் பிரதம விருந்தினராக கலாபூஷணம் ச.பிரவணநாதன் கலந்துசிறப்பித்தார்.அவர்தனது உரையில் திருமதி அமலா அன்ரனி சுரேஷ்குமார் அவர்களது கடும் உழைப்பை எடுத்துரைத்தார். தாளம்தப்பாது மாணவிகளை பயிற்றுவிப்பதில் வல்லவர். அவருடன் பணியாற்றுவது பல நல்ல அனுபவங்களைக் கற்கமுடிந்தது. என்றார்.

சிறப்புவிருந்தினராக கலந்துகொண்டு உரையாற்றிய வெற்றிமணி ஆசிரியர் கலாநிதி மு.க.சு.சிவகுமாரன் அவர்கள் தனதுரையில் ஒரே மேடையில் பல மாணவிகளை ஏற்றுவது சுலபம் ஆனால் ஆடவைப்பது கடினம். அவர்களது அபிநயகங்கள் கண்ணுக்கு தாளம்தப்பிவந்தால் பார்வையாளர்களுக்கு சட்டெனத்தெரிய வாப்புக்கள் அதிகம். இருந்தும் 30 க்குமேற்பட்ட மாணவி களை ஒரே மேடையில் ஏற்றி தாளம் தப்பாது ஆடவைத்த குருவையும் ஆடிய பாதங்களையும் பாராட்டி மகிழ்ந்தார். அதிபர் ஆடவல்லாள் நாட்டியக்க லைமணி திருமதி அமலா அன்ரனி சுரேஷகுமார் அவர்கள் 1987 ஆண்டு நிருத்தியநாட்டியாலயத்தை தாயகத்தில் ஏழாலைக் கிராமத்தில் 1987 ஆம் ஆண்டு ஆரம் பித்தார். அதனை யேர்மனி வந்தபின் 1995 முதல் இங்கும் நடத்திவருகிறார்.

இவர் கலைச்செல்வன் ஏரம்பு சுப்பையா அவர்களதும் அவரது புதல்வியான நாட்டியக்கலாகீர்த்தி சாந்தினி சுப்பையா அவர்களதும் மாணவியாவார். யாழ் பல்கலைக்கழக நுண்கலைக்கல்லூரியில் பட்டப்படிப்பை முடித்து யாழ் வேம்படியில் நடன ஆசிரியையாகவும் 5 வருடம் பணியாற்றியுள்ளார். அடையாறு பத்மஸ்ரீ லட்சுமணன் அவர்களிடமும் நடனம் பயின்றார் என்பதும் இங்கு குறிப்பிடத்தக்கது. இவரது ஆற்றலால் இதுவரை 9 மாணவிகள் அரங்கேற்றம் கண்டனர் அத்துடன் 16 மாணவிகள் சுவிஸ் அனைத்து தமிழ் கலைநிறுவனத்தின் நடன ஆற்றுகை பரீட்சையில் சித்தியடைந்தும் உள்ளனர். தற்போது நூற்றுக்கணக்கான மாணவிகள் கல்விபயிலும் பெரும் விருட்ஷமாக நிருத்திய நாட்டியாலயம் திகழ்வது பாராட்டுக்குரியது. மாதவி

சுவிஸ் நாட்டின்
அனைத்துப் பாகங்களுக்கும்
உடனுக்குடன்
விநியோகம் செய்யும் நிறுவனம்.

Sai Trader GmbH
Importeur für frische, exotische Gemüse | Früchte & Fische

சாயி ரேடர்ஸ்

Direct Importers & Distributors Exporters

உலகின் பலபாகங்களில் இருந்தும் இறக்குமதி செய்யப்பட்ட
பசுமையான மரக்கறிவகைகள் மீன்கள் மற்றும் பழவகைகள்
பதனிடப்பட்ட கடல் உணவுவகைகள் குடிபான வகைகள்
அனைத்தும் சுவிஸ் நாட்டின் அனைத்துப் பாகங்களுக்கும்
உடனுக்குடன் விநியோகம் செய்யும் ஒரே நிறுவனம்.

BTM தயாரிப்புக்களும்
ஆச்சி மசாலா
தயாரிப்புக்களும்
இங்கே கிடைக்கும்.

Wilenbachstrasse 3
8185 Winkel ZH

Tel:+41 44 885 86 30 Fax: :+41 44 885 86 51

நான் கண்ட கனடா!

[வ.சிவராசா]

உலகத்திலே இருநாறுக்கும் அதிகமான நாடுகள் காணப்படுகின்றமை இப்பூமிப்பத்தின் சிறப்பு என்றுதான் கூறவேண்டும். அவுஸ்திரேலியா. நியூசிலாந்து தொடக்கம் கனடா, அமெரிக்கா என ஐந்து கண்டங்களையும் தொடுத்துப்பார்த்தால் எத்தனை நாடுகள், எத்தனை வனப்புக்கள், எத்தனைவகை மக்கள், எத்தனைவகை பொருண்மிய மேம்பாடுகள். அப்பப்பா சொல்லவும் வேண்டுமா?..இத்தனை நாடுகளில் நாம் எத்தனை நாடுகளைச் சுற்றிப் பார்த்தோம்?.. வந்தால் வெளிநாடு போனால் தாய்நாடு என்ற கணக்கில் வாழ்வோர்தான் புலம்பெயர் தமிழர்கள் பலர் இருக்கிறார்கள். ஆனால் இன்றைய இளம் தலைமுறையினர் சற்று வேறுபட்டுத் தமது விடுமுறையை திட்டமிட்டுப் பல நாடுகளையும் சுற்றிப் பார்த்து மகிழ்வுறும் நிலையிலேயே வாழ்கிறார்கள் என்றால் சிறப்புத்தான்.

நான் சென்றமாதம் கனடா நாட்டிற்குச் சென்றுவந்த விடையத்தை உங்களுடன் பகிர்ந்துகொள்கிறேன். நீங்களும் வாசித்துப் பாருங்கோ!..எனது நீண்டநாள் ஆசை கனடா நாட்டைப் பார்க்க வேண்டும் என்பதாகும். கைகூடியது மகிழ்வுதான். எனது பாடசாலை நண்பர்கள், ஊரில் வேலைபார்த்த நண்பர்கள், ஊரவர்கள், ஊர் நண்பர்கள் உறவுகள், மற்றும் எழுத்தாளர்கள் ஊடக நண்பர்கள் எனப் பல தரப்பட்டவர்களைச் சந்தித்து உரையாடி மகிழ்ந்திடலாம் என்ற ஆசையில் இருக்க கனடா "உதயன்" பத்திரிகையும் எனது பணிக்கு விருது ஒன்று வழங்க அழைப்பும் வந்தது. இந்த மகிழ்வுடன் கனடா மண்ணில் காலடி வைத்தேன்.

உலகிலேயே நிலப்பரப்பில் 2வது பெரியநாடு கனடா.(1வது ரஷ்ஷியா) பெரிய பரந்த நாடாகும் சுமார் 4 கோடி சனத்தொகை. பல ஆண்டுகளாக பிரித்தானிய சாம்ராச்சியத்தின் ஆளுமைக்கு உட்பட்டிருந்த இந்த நாடு 1867ம் ஆண்டு சுதந்திரம் பெற்றது (தற்போது 152 வருடங்கள்) நீர்வளம் நிலவளம் நிறைந்த நாடுதான் இது. அருகேயுள்ள நாடு என்றால் அது அமெரிக்காதான். பல்லின மக்கள் வாழும் நாடு இது. ஒரு குடியேற்ற நாடாகவும் காணப்படுகின்றது. ஆங்கிலமும் பிரென்சு மொழியும் பேசப்படுகின்றன. தலைநகர் ஒட்டாவா என்றாலும் சனத்தொகை கூடிய நகரமாக ரொரன்ரோ நகரம் விளங்குகின்றது. 10 மாகாணங்கள் காணப்படும் கனடாவில் ஒன்ராறியோ (Ontario) மாநிலத்தில்தான் புலம்பெயர்ந்த ஈழத்தமிழர்கள் கூடுதலாக வாழ்கிறார்கள். ஒட்டு மொத்தமாக இலங்கைத் தமிழர்கள் உலகிலேயே மிகக்கூடுதலாக வாழும் நாடு கனடாதான் (சுமார் 3.5 லட்சம் பேர்) ஆங்கில மொழி மோகத்தால் மொன்றியலில் பல ஆண்டுகள் வாழ்ந்த இலங்கை, இந்தியத் தமிழர்கள் பலர் ரொரன்ரோ நகரில் தற்போது குடியேறி வருகிறார்கள் என்று அறியப்பட்டுள்ளது. ரொரன்றோ நகரின் மொத்தச் சனத்தொகை சுமார் 1.5 கோடியாகும். இவர்களைவிட இந்தியா, பாக்கிஸ்தான், சீனா நாட்டவர்கள் மிக அதிகம் பேர் வாழ்ந்தாலும் உலகின் பல்லினமக்கள் மிக அதிகமாக வாழும் நகரமும் ரொரன்ரோ நகர் என்று அறியப்படுகின்றது.

சுமார் 35 40 வருடங்களின் பின்பு எனது பாடசாலை நண்பர்கள், ஊர் உறவுகள் நண்பர்கள், ஊடக நண்பர்கள், இலங்கை நண்பர்கள் எனப்பல தரப்பட்டவர்களைச் சந்தித்து உரையாடி, பழைய நினைவுகளை மீட்டு, உண்டு குடித்து மகிழ்ந்தது மறக்கமுடியாத நிகழ்வாகக் காணப்பட்டது. ஒரு தடவை சிறுவயது இளவயது ஞாபகம் வருகுதே!...ஞாபகம் வருகுதே!...என்ற நினைவுகள் அலைமோதிச் சென்றன. குறுகிய காலப் பயணம் இரண்டு வாரம்தான் பலரைச் சந்திக்கும் வாய்ப்பு கிட்டியது.

இந்தக்கால இடைவெளியில்தான் ஒருநாள் கனடாவுக்குப் புகழ்சேர்க்கும், அழகுசேர்க்கும் பல்லாயிரம் சுற்றுலாப்பயணிகளை தினமும் கவர்ந்திழுக்கும் நயகரா (Niagara Falls) நீர்வீழ்ச்சியையும் பார்த்து மகிழ்ந்ததும் மறக்க முடியாத நினைவுகள்தான். நடுவே நீர்வீழ்ச்சி ஒருபக்கம் கனடா மறுபக்கம் அமெரிக்கா சிறிது தூரம் நடந்துசென்றால் அமெரிக்காவில் காலடி வைக்கலாம். இந்த நீர்வீழ்ச்சி கண்கொள்ளாக் காட்சிதான். சனி ஞாயிறு என்றபடியால் உல்லாசப் பயணிகளின் எண்ணிக்கை இரட்டிப்பு என அறிந்துகொண்டேன்.

அடுத்து கனடாவிற்குப் புகழ்சேர்க்கும் இன்னொரு அம்சமான CN Tower கோபுரத்தின் உச்சிக்குப் போய்ப் பார்த்தேன். பிரமாதம். உச்சியில் சுற்றிச்சுற்றி நின்றுபார்த்தால் அருகிலுள்ள பல நகரங்கள் தெரியும். இவற்றைவிட இந்த ரொரன்ரோ நகரின் 50 - 60 மாடி உயர்ந்த கட்டிடங்கள் எல்லாம் சிறு கட்டிடங்களாகத் தெரியும்.

இந்த ஒன்ராரியோ மாநிலத்தில்தான் நம்மவர்கள் மிகக்கூடுதலாக வாழ்வதால் இங்கு மாகாண சபையில் இரண்டு உறுப்பினர்கள் தமிழர்களாவர். இதில் ஒருவர் எனது நண்பர் (லோகன்-கணபதி) மற்றவர் ஒரு இளம் வாலிபர் இருவரையும் சந்தித்து உரையாடியதும் பெரு மகிழ்வுதான். அடுத்து கனடா பாராளுமன்றத்தில் அங்கம் வகிப்பவரான திரு ஹரி ஆனந்தசங்கரி அவர்களையும் சந்தித்துக் கலந்துரையாடியதும் மகிழ்வுதான்.

இந்த ஒன்றோராரியோ மாநிலத்தில் வீடுகள் வீதிகள் கட்டிடங்கள் யாவும் அகன்ற விலாசமான பகுதிகள்தான். எங்குபார்த்தாலும் மக்கள் வெள்ளம். நம்மவர்களின் தொழிலகங்கள், வீடுகள், மளிகைக்கடைகள், கோவில்கள், ஊடகம்சார்ந்த பத்திரிகை, தொலைக்காட்சி, வானொலி நிலையங்கள் ஏராளம்.

விலாசமான இந்து, சைவ ஆலயங்கள் தொழிலகங்கள், உணவகங்கள், கொட்டல்கள், முதலீட்டு நிறுவனங்கள் எனப்பல வர்த்தக நிறுவனங்களும் நம்மவர்களின் மருந்துக்கடைகள், தனியார் வைத்தி நிலையங்கள் என்று எண்ணிக்கையில்லாத முயற்சிகளும் வளர்ச்சியும் ஒருங்கே காணப்படுகின்றன. நம்மவர்கள் அநேகம் பேர் இரண்டு மூன்று வீடுகள் வைத்திருக்கிறார்கள். வசதிபடைத்த மக்களாகவே நம் மக்கள் வாழ்ந்துகொண்டிருப்பதாக அறியக்கூடியதாக இருக்கின்றது.

"உதயன்" பத்திரிகையின் விருது விழா

அடுத்து"உதயன்" பத்திரிகையின் கௌரவிப்பு விழாவில் பங்குகொண்டேன். பலதரப்பட்ட எழுத்துலக ஜாம்பவான்கள், எழுத்தாளர்கள், ஊட கவியலாளர்கள், பத்திரிகையாளர்கள், கவிஞர்கள், படைப்பாளிகள் என ஒரு பட்டாளம். விலாசமான பெருமண்டபம் அழகிய இருக்கைகள், பலவர்ண அலங்காரங்கள் அழகோ அழகுதான். ஒரு பத்திரிகை விழாவிற்கு இவ்வளவு தொகையினரை இதுவரை நான் கண்டதே இல்லை என்றுதான் கூறுவேன். சுமார் 400 பேர்வரை. ஒருவரை ஒருவர் கண்டு கட்டித்தழுவி ஆரவாரப்பட்டு அன்பைப் பரிமாறிய காட்சிகள் இன்றும் என்மனதை விட்டகலவில்லை. விருந்தோம்பல் என்றால் சொல்லத் தேவையில்லை. மாலை 5மணிக்குத் தொடங்கிய இந்த விழா இரவு 11 மணிவரை 30 நிமிடங்களுக்கு ஒருதடவை சிற்றுண்டிகள் குளிர்பானங்கள் தேநீர் கோப்பி இரவுச்சாப்பாடு என வயிறு நிறைந்ததுடன் மனமும் குளிர்ச்சி கண்டது என்றுதான் சொல்வேன். இவற்றை ஏற்பாடு செய்த உதயன் பத்திரிகையின் ஆசிரியர் திரு லோகேந்திரலிங்கம் அவர்கள் பாராட்டுக்குரியவரே. விழாவில் கௌரவித்தோர் வரிசையில் அமெரிக்கா, இந்தியா, யேர்மனி (நான்) மற்றும் கனடாவின் பல பாகங்களிலிருந்தும் எழுத்தாளர்கள், பத்திரிகையாளர்கள், இயல் இசை நாடகத்துறையினர், ஊடகவியலாளர்கள், மருத்துவர்கள், தொழிலதிபர்கள், சட்டவல்லுனர்கள், சினிமாத்துறையினர், மதம்சார்ந்த பெரியவர்களும் ரொரன்ரோ மாநகர தமிழ், ஆங்கில பொதுத்துறைகளில் சிறப்பாகப் பணியாற்றியோரும் கௌரவிக்கப்பட்டமை சிறப்பாகும். சிறந்த ஒலி, ஒளி வர்ணக்காட்சிகளுடன் ஒரு திருவிழாப்போல் நடைபெற்றது எனக்கு ஆச்சரியமாகவே காணப்பட்டது.

யேர்மனி - வூப்பெற்றால் ஸ்ரீ நவதுர்க்காதேவி ஆலயத் தேர்த்திருவிழா 25.05.2019

I love you விற்கும், சாப்பிட்டாயாவிற்கும்?

I love you mummy என்பது ஐரோப்பியக்குழந்தைகள் மழலைக்குரலில் சொல்லும் முதல்வாக்கியம். தமிழ்மொழியில் ஏனோ, தாயிடம் சொல்லக்கூடிய இத்தகையான சொல்வரிசை உபயோகிக்கப்படுவதில்லை. "நான் உன்னை காதலிக்கிறேன்!", என்று பெற்ற தாயிடம் சொல்லிடமுடியுமா?
I love you mummy என ஆங்கில மழலை தாயிடம் சொல்ல, அந்தத் தாயும் I love you too என பதில் சொல்கிறார். இவ்வித அன்புப்பரிமாறல் தமிழ்க்குடும்பங்களிடையே ஆங்கில மொழியில் இருந்தாலும், தமிழ் மொழியில் நான் கேட்டதில்லை. உங்கள் பெற்றோரிடம் குறிப்பிட்ட வார்த்தைகளால் அன்பை என்று பகிர்ந்துகொண்டீர்கள்? வார்த்தையால் மட்டுமே அன்பை பெற்றோரும் பிள்ளைகளும் பகிர்ந்துகொள்வார்களா?

„அம்மா I miss you" என என் அம்மாவிடம் நான் குறுஞ்செய்தி அனுப்பினால், „வெள்ளிக்கிழமை வெளிக்கிட்டு வா!" என பதில் வரும். எனது ஐரோப்பிய நண்பர்கள் இதை தாயிடம் கூறிக்கொண்டால், „I miss you too, when are you coming?" என பதில் போடுவார்கள். „நானும் உன்னை காண ஏங்குகிறேன்" எனும் சொற்களில் வெளிவரும் அன்பு, „வெளிக்கிட்டு வா!!" எனும் கட்டளையுடன் ஒப்பிடமுடியாது, இருந்தும் கட்டளையிடையே மௌனமாக அன்பும் தேங்கி நிற்கிறது, அன்பை மௌனத்தில் பரிமாறுவது எங்கள் கலாச்சாரமா? மௌனமாக பரிமாறும் அன்பும் உண்மையானதா?

பணப்பிரச்சனை தொடங்கி உடலுறவு கொள்வது வரை பெற்றோருடன் பேசிக்கொள்ளும் வெள்ளை-உலகில், பெற்றோரிடமும் இடக்கரடக்கல் செய்ய வேண்டிய கட்டுப்பாடு புலம்பெயர்நாட்டுத் தமிழ்-இளம் சமுதாயங் களிடையே அடையாளச்சிக்கலை கொண்டுவருகிறது. அருகே உள்ள யாவரும் அனைத்தையும் பெற்றோருடன் பகிர்ந்து கொள்ள, நான் எனது பெற்றோரிடம் இத்தகையதை பேசிக்கொள்ள முடியாதது, உள்ளச்சமர்களை உண்டாக்கும். என் பெற்றோருக்கும் எனக்கும் இடையே அன்பு உள்ளதா? நாங்கள் அன்பு இல்லாமல் வாழ்பவர்களா? எனக் கேள்விகள் பல இளையவர்கள் மனங்களில்.
தமிழ் மற்றும் ஐரோப்பிய உலகில் வழரும் இளையவர்களிற்கு இந்த உலகில் என் இடம் எங்கே? எனும் தேடலில் நேரிடும் ஒரு பாரிய சிக்கல் இந்த அன்புப் பரிமாற்றக்கலாசாரம், ஒரு கலாசாரத்தில் எழிமையாகத் திகழ்வது, இன்னொரு கலாச்சாரத்தில் இழிமையாக உள்ளது.
வார்த்தைகளால் ஒரு கலாசாரத்தில் அன்பு பரிமாறப்பட்டாலும், இன்னொரு இடத்தில் பணத்திலே அதே அன்பு இருக்காதது போலத் தோன்றும். உணவிற்கு யார் பணம் செலுத்துவது என நம்மவர் போட்டிபோட வெள்ளைச்சமுதாயம், பிள்ளையை மௌனமாகப் பிரித்து அடுத்த வேலைக்குச் செல்கிறார்கள். எவரும் தமக்கே என்று வாழும் உலகில், உரிமையாக பணம் செலுத்தவேண்டும் என சண்டைபிடிப்பது அன்பை ஆதாரம் காட்டவே.
உலக அழகி, ஐஷ்வர்யா ராய், உலகப் புகழ் தொலைக்காட்சி அறிவிப்பளர் David Lettermanஇற்கு பதிலடி கொடுத்தது, ஆசிய சமுதாயங்களிடையே அன்பு வெளிப்படுத்தும் முறை உரிமையெனும் தூணிலே வெளிப்படுகிறது என விளக்கியது 2000 ம் ஆண்டுகளிடையே நடந்த சிறியதொரு Late Night நேர்காணலில் உலக-அழகியை: நீங்கள் இன்னும் உங்கள் பெற்றோர் வீட்டில்தான் வாழ்கிறீர்கள் எனக்கேள்விப்பட்டேன், அது சரியா?" எனக் கேட்டார். ராய் "ஆம்!" என, „இந்தியர்களிடையே வயது வந்தாலும் பெற்றொர்வீட்டுல் வாழ்வது வழக்கமா?" எனக் கேலி செய்ய, பார்வையாளர் களிடையே கேலிச்சிரிப்பு.

ராம் பரமானந்தன்

அவமானத்தை ஏற்றுக்கொள்ளாது ஐஷ்வர்யா „எங்களுக்கு பெற்றோருடன் வசிப்பது மிக நன்றானது, ஏனெனில் நாங்கள் எங்கள் தாய் தகப்பனை இரவுச்சாப்பாடிற்கு அப்பாய்மென்ற் (Appointment) வைத்துச் சந்திக்கத் தேவையில்லை" என Letterman இன் முகத்தில் கரிபூச , பார்வையாளர்கள் விசில் அடித்துக்கைதட்டினர்.
இளையவன் நான் உணரக் கனகாலம் சென்றது. என்னவென்றால், அன்பு என்பதன் வடிவங்கள் பலவாக இருக்கும். எனது மூளை கொலனியில் ஆட்சியில் இருந்து வெளிவந்த பின்னே தான், என்னால் இதை உணர முடிந்தது. எனது எதிர்பார்ப்புக்களை அதற்கேற்ப சீர்செய்ய முடிந்தது. வளர்ப்புமுறைகளும், கலாச்சாரச்சுழல்களும் எம்மினம் அன்பையும், புரிந்துணர்வையும் பறிமாறுவது ஐரோப்பியரைவிட மிக வேறுபட்டதாகத் தெரிகிறது. எம் பெற்றோரின் எதிர்பார்ப்புக்களை மீறி நடந்தால் „நீ கேட்டதெல்லாம் வாங்கித்தந்தும், நீ இப்படி நடக்கிறாய்!" என்பார்கள். அங்கே பணம் மூலம் அன்பு வெளிப்படுத்தப்பட்டிருக்கும், I love you எனச்சொல்லாத தகப்பன், தான் கொடுத்த கட்டணங்களை எண்ணிக்காட்டுவார். இதைத் தவறு என சொல்லமுடியாது. தான் அனுபவிக்கக்கூடிய பணத்தை எனக்கு கொடுத்த விட்டுக்கொடுப்பும், தன் பணத்தின் மேல் எனக்குள்ள உரிமையும் சுட்டிக்காட்டி, விட்டுக்கொடுப்புமூலமும், உரிமையின் மூலமும் அன்பை வெளிப்படுத்துகிறார்கள். இதுவே முகம்சோர்ந்திருக்க „I love you", „எல்லாம் நல்லதாக முடியும்!" என்பதற்குப் பதிலாக, „சாப்பிட்டாயா?" எனும் கேள்வி எழும்பும். நேரடியான, வார்த்தைகளாலான அன்பு எம்மவரிடையே பரிமாறுவது குறைவாகவே இருந்தாலும் Actions speak words. என்பார்கள், அதுபோல செயல் மூலம் அன்பு. வெளிப்படுத்தப்படுகிறது வார்த்தையால் அன்பை பரிமாறுவது பலவீனமானதோ? எப்படியிருந்தாலும் போராட்டங்களே வாழ்வான வீர இனம் நாமல்லவா? இங்கே எல்லைகள் எங்கே ? „என் மேல் உண்மையில் அன்பு இருக்கிறதா?" என கேட்டால் „சாப்பிட்டாயா?" என்பது சரியான பதிலா?

உங்கள் திருநாளுக்கு தொலை தூரத்தில் நாங்கள் இல்லை! இன்றும் என்றும் உங்களோடு நாங்கள்!!!

Tel:02305 - 85945 - 0176 608 108 13

Thushiyanthan.
Thiruselvam

கோபன்ஹேகனில் ஒரு குட்டிக் கடற்கன்னி !

தனசேகர் பிரபாகரன்

ஐரோப்பாவில் ஒவ்வொரு நகரமும் ஒவ்வொரு கிராமமும் தம்முள் பல கதைகளை ஒளித்துவைத்திருக்கின்றன, அதைத் தேடிப் போய் கேட்பதென்பது ஒரு அலாதியான விடயம் தான். கதைகள் கேட்க யாருக்குத்தான் பிடிக்காது ? அதுவும் தமிழ் மக்களாகிய நாம் கதைகளை கேட்டே வளர்ந்தோம், முன்பெல்லாம் வீட்டில் பாட்டிமார்கள் பேரக் குழந்தைகளை கூட்டி அமரவைத்து கதைகள் சொல்வார்கள், இன்றைக்கு அதெல்லாம் குறைந்துவிட்டது வாழ்க்கை இயந்திரமாகிப் போனது !

கோபன்ஹேகன் - வடகடலோரம் ஸ்கேண்டிநேவியா நிலப்பகுதியின் டென்மார்க்கின் தலைநகரம், கிழக்காசிய நாடுகளுக்கு வாணிபம் செய்யவந்த மேற்குலக நாடுகளுள் ஒன்று. கோட்டைகளும், கோபுரங்களும், கால்வாய் களும் நிறைந்திருக்கும் கோபன்ஹேகன் வரும் அத்துணை பேரும் ஓடிச்சென்று பார்ப்பது அவளைத்தான் !
யார் அவள் ?

காத்திருப்பும், ஏக்கமும் பெண்களுக்கே விதிக்கப்பட்டது போலே தனியே அந்தக் கடலோரம் காத்துக்கிடக்கிறாள் அந்தப் பெண் ! உலகமே அறிந்த கதை தான்...தி லிட்டில் மெர்மைட் என்று புகழ்பெற்ற கதையின் நாயகி !
இந்தக் கதை டேனிஷ் மொழியில் ஹான்ஸ் கிறிஸ்டின் ஆண்டர்சன் எழுதினார், அதன் பின்னர் பல மொழிகளில் மொழிபெயர்க்கப்பட்டு உலகெங்கும் புகழ்பெற்றது. ஒரு அழகிய கடல் சாம்ராஜ்யம் அதன் அரசனின் மகளே இந்த சிறிய கடற்கன்னி, அவளுக்கு ஐந்து சகோதரிகள், தாய் இல்லை அதனால் பாட்டியின் அரவணைப்போடு வளர்ந்தாள், ஒரு நாள் கடலின் மேற்புறம் நீந்தி வந்த அவள் இளவரசன் ஒருவனை கண்டு மையல் கொள்கிறாள், தானும் ஒரு மனிதப் பெண்ணாக மாறி அவனை மணக்க விரும்புகிறாள், அவளுக்கு வசீகரமான குரல், காதலுக்காக கடல் மந்திரவாதியிடம் தன்னுடைய குரலை கொடுத்து அதற்கு பதிலாக கால்களை பெற்றுக்கொள்கிறாள் ! கால்கள் பெற்ற கடற்கன்னி இளவரசனின் சுயம்வரத்தில் கலந்துகொண்டு அவனின் அன்பைப்பெற்று விடிவதற்குள் அவனை திருமணம் செய்துகொள்ளவேண்டும் இல்லையென்றால் அவள் இதயம் வெடித்து இறந்துவிடுவாள் என்பது மந்திரவாதியின் நிபந்தனை.

கால்களோடு நிலத்துக்கு வந்து அவனை அடைய போராடுவதே கதை !
அப்படி கதையில் வருவது போலே கடற்கன்னியாக இருந்து கால்கள் பெறும் அந்த காட்சியை சிலையாக வடித்து கோபன்ஹேகன் கடற்கரையில் 1913 ஆண்டு திறந்து வைக்கப்பட்டது, அது முதல் கோபன்ஹேகனின் முக்கிய சின்னமாக இந்த இடம் விளங்குகிறது.

குட்டிக் கடற்கன்னி என்னும் இச்சிலையை உருவாக்குவதற்கான செலவுகளை ஏற்று, கார்ல் யாக்கப்சன் (Carl Jacobsen) என்பவர் எட்வர்ட் எரிக்சன் (Edvard Eriksen) என்னும் சிற்பியிடம் வேலையை ஒப்படைத்தார். மிகுதி யான செல்வம் படைத்த கார்ல் யாக் கப்சன் என்பவரின் தந்தை டென்மார்க்கில் பேர்போன பியர் உற்பத்தி நிறுவனத்துக்கு உரிமை யாளராக இருந்தார்.

கார்ல் யாக்கப்சன் ஒருநாள் கோப்பன்ஹேகன் அரசு நாடக மேடையில் நடித்துக்காட்டப்பட்ட "குட்டிக் கடற்கன்னி" நாடகத்தால் மிகவும் கவரப்பட்டார். குறிப்பாக, கடற்கன்னியாக நடித்து மிக அழகாக நடனமாடிய எல்லென் ப்ரைசு (Ellen Price) என்பவரின் நடிப்பு அவருக்குப் பிடித்துப்போனது. உடனே அவர், எல்லென் ப்ரைசை அணுகி, அவர் கடற்கன்னி சிலைக்கு முன்னுருவாக நிலைகொடுக்க வேண்டும் என்று கேட்டுக்கொண்டார்.

நிர்வாணமாக சிலை இருக்க மறுத்தவளும் இசைந்தவளும்

ஆனால் அச்சிலை நிர்வாணமாக இருக்கப்போகிறது என்று அறிந்ததும் எல்லென் ப்ரைசு முன்னுருவாக நிலைகொடுக்க விரும்பவில்லை. எனவே அவருடைய முகச் சாயல் மட்டுமே கடற்கன்னி சிலையில் வடிக்கப்பட்டது.

ஆனால் எட்வர்ட் எரிக்சனின் மனைவி எலீன் எரிக்சன் என்பவர், தம் உடலை முன்னுருவாகக் கொண்டு கடற்கன்னி சிலை வடிக்கப்படுவதற்கு முன்வந்தார். கடைசியில் சிலை 1913 நிறுவப்பட்டது.

2003, செப்டம்பர் 10ஆம் நாள் கடற்கன்னி சிலை எழுப்பப்பட்டிருந்த பாறையில் யாரோ வெடிமருந்து இட்டு வெடித்ததில் சிலை அடித் தளத்திலிருந்து பெயர்ந்துவிழுந்தது. பின்னர் துறைமுகத்தில் கடல்நீருக்குள் இருந்து சிலை மீட்கப்பட்டது. சிலையின் முழங்கால் பகுதியிலும் கைமுட்டுப் பகுதியிலும் துளைகள் தோன்றியிருந்தன. பல முறை சேதமடைந்த போதும் மீண்டும் மீண்டும் பழுது பார்க்கப்பட்டு சிலை அதே இடத்தில் வைக்கப்பட்டது.

குட்டிக் கடற்கன்னி சிலை டென்மார்க் நாட்டையும், குறிப்பாக கோப்பன் ஹேகன் நகரத்தையும் அடையாளம் காட்டுகின்ற சின்னமாக உள்ளது. எனவே, அது அஞ்சல் தலையாக வெளியிடப்பட்டுள்ளது. கண்டிப்பாக கோபன்ஹேகன் சென்றால் இந்த அழகிய குட்டிக்கடற் கன்னியையும் பார்த்து வாருங்கள்.

with great savings,
comes great Quality.
adchaya
INTERNATIONAL
இன்றே அழையுங்கள்:
0231 - 13091030
017663 092804
GERMANY
FREE DELIVERY
24h
Traditional Collection of
Food and Grocery
in India & Sri lanka
உங்கள் இல்லத்திற்கு தேவையான இலங்கை இந்திய உணவுப் பொருட்கள்
தரமான அனைத்துவகை பல சரக்கு பொருட்கள், மளிகை மற்றும் சமையலறை சாதனங்கள்
உங்களுக்கு வேண்டிய பொருட்கள்..
24 மணி நேரத்துக்குள் உங்கள் வீடு தேடி வரும்...!
TRS
TOOR DAL
SAKTHI
TURMERIC POWDER
Anil
MTR
Sambar
GRB
GHEE
Sambar Powder
SURYAA
NUMBER ONE
SAKTHI
Maggi
Kings
RRY POWDE
வர்த்தக ஸ்தாபணங்களுக்கு தேவையான அனைத்துவகை பல சரக்கு பொருட்கள் மொத்தமாகவும், சில்லறையாகவும் எங்களிடம் பெற்றுக்கொள்ளலாம்
உங்கள் ஆர்டர்களுக்கும் வர்த்தக தொடர்புகளுக்கும் :
ADCHAYA INTERNATIONAL
Alter Hellweg - 115-117, 44379 Dortmund, Germany. Mobile : 0049 (0) 17663092804,
email : adchayagermany@yahoo.com

யேர்மனி - ஸ்ருட்காட் நகரில் நடன ஆற்றுகை வெளிப்பாட்டுத் தேர்வு

16.6.2019 ஞாயிற்றுக்கிழமை யேர்மனி ஸ்ருட்காட் நகரில் நடன ஆற்றுகை வெளிப்பாட்டுத் தேர்வு மிகவும் சிறப்பாக நடைபெற்றது. இத் தேர்வினை பரதக்கலையில் 7ம் தரத்தை நிறைவு செய்திருந்த ஆறு தமிழாலய மாணவிகள் பங்குபற்றியிருந்தனர்.

இத் தேர்வினை சுவிசில் உள்ள அனைத்துலகத் தமிழ்க்கலை நிறுவகமும், யேர்மனி பாரதி கலைக்கூடமும் இணைந்து நடாத்தியிருந்தன.

தமிழாலய நடன ஆசிரியை திருமதி.சாவித்திரி சரவணன் அவர்களின் மாணவிகளான

செல்வி. விவேகா மகேந்திரகுமார்.,செல்வி காருண்யா நவராசா.,செல்வி. தினோஜா திருச்செல்வம்,அவர்களும் தமிழாலய நடன ஆசிரியை திருமதி. மிதிலா விஜித் அவர்களின் மாணவிகளான, செல்வி. மீரா செல்வரட்ணம். செல்வி.பிரியந்தினி சிறிகாந்தன். செல்வி.மேருஜா மகாலிங்கம்.

ஆகியோர் தங்களின் ஆற்றுகையை மிக சிறப்பாக வெளிப்படுத்தியிருந்தனர்.
தகவல் கோபி:படங்கள் Kones fotos

யேர்மனியில் 12.06.2019 வெற்றிமணி ஸ்தாபகர் மு.க.சுப்பிரமணியம் அவர்களின் நூற்றாண்டுவிழா காட்சிகள் சில.

FOTO Nimal HD

Sahana Asokan

Inequality

It is now the year 2019 and the advancement of science, technology and medicine have risen rapidly. However one issue that still remains is the inequality between men and women. Which aspects of life show a difference between men and women? Why are women treated differently around the world?

Education and working is a major part of our lives which we should all be entitled to obtain. This is not the case in many different countries for example; women in Saudi Arabia are still discouraged from working jobs that would put them in contact with men. In addition, women get paid less than males even when both parties have the same job role. Tesco is a major retailer that faced 4 billion pounds towards equal pay claim. Thousands of women who work in Tesco stores will be receiving back pay totalling £20,000 and lawyers have stated that hourly paid females earn severely less than men

Furthermore, there are less significant factors that still show the inequality between the genders. For example, women are a minority in the technology industry and only make up 2.5% of the Chief Executive Officers (CEO). In Media, women are shown only thirty-two percent of the time. Government members are also dominated by men and this solidifies the gap that remains between males and females.

It has been stated that only six countries have equal rights to both men and women which include: Belgium, Denmark, France, Latvia, Luxembourg and Sweden. They scored full marks on many different aspects such as receiving a pension, working rights and freedom of movement.

In Coventry 42 per cent of women believe they have experienced gender discrimination in their workplace and nearly 60 per cent agree that women are under pressure to look good at all times.
Forty-seven per cent said they thought it was likely that male colleagues are being paid more for the same work, but 78 per cent admitted they had never raised equal pay as an issue with their employer.

The question to why women are treated differently is subjective and complex. One factor is that there are differences in our genetics. Women have to carry their child which affects their work and can be a reason why a company would rather hire a man. This is against the law in many countries but this still occurs. Men are physically stronger which make women vulnerable in different positions. This is why more women suffer from domestic abuse. Females are naturally more likely to want to stay home with their children due to their motherly instincts. Media shows more men as superheroes and this influences people at a young age. They grow up in a society where men are more valued than women.

Society has not fully developed in every country and both men and women must be treated equally. This allows us to unite and work together to build a better tomorrow.

வயது கூடக்கூட உணவில் நாட்டமில்லையா?

11 ம் பக்கத் தொடர்ச்சி

உணவு வேளையில் கூட இருந்து கதைத்துப் பேசி உண்பதற்கு யாருமில்லாததும் சிலருக்குப் பிரச்சனையாக இருக்கிறது. குடும்பமாக கூடியிருந்து சாப்பிட்டவருக்கு தனிமையில் இருந்து சாப்பிடுவது சலிப்படைய வைத்துவிடுகிறது. 'சாப்பிட்டு என்ன..' என ஆற்றாமை சூழ்ந்துகொள்கிறது. எதைச் சாப்பிட்டோம், எப்படிச் சாப்பிட்டோம் என்ற நினைவின்றி ஏதோ விழுங்கினோம் என்ற நிலை ஏற்படுகிறது.

சிலருக்கு தனிமை சிலருக்கு மனச்சோர்வு நோயை ஏற்படுத்தலாம். இதுவும் பசியை மழுங்கடிக்கும். எனவே கூடியிருந்து உணவு உட்கொள்வதற்கான ஏற்பாடுகளைச் செய்து கொடுப்பதும் உதவக் கூடும். பசியைத் தூண்டுவதற்கான சில மருந்துகள் உள்ளன. ஆனாலும் அவற்றை விட மேலே சொன்ன அடிப்படைக் காரணங்களைக் கண்டறிந்து நிவர்த்திப்பதே கூடுதலான பலன் அளிக்கும் என நம்புகிறேன். உண்ணும் உணவின் அளவு குறைந்தாலும் அது போசாக்குள்ளதாக இருப்பதில் அக்கறை போதிய கவனம் வேண்டும்.

Dr.நிரோஷனின் அதிசய உலகம்

சாப்பிடாமல் எவ்வளவு நாட்கள் உயிர் வாழ முடியும்?

இன்று சாப்பிட்டீர்களா…? என்ன சாப்பிட்டீர்கள்…? சரி, இது எல்லாம் போகட்டும், ஏன் சாப்பிட்டீர்கள் என்று உங்களிடம் கேள்வி கேட்டால் என்ன பதில் சொல்வீர்கள்? பசித்ததால் சாப்பிட்டேன் என்று சிலர் சொல்வார்கள். வேறு சிலர் சக்தி பெறுவதற்காக சாப்பிட்டேன் என்று கூறுவார்கள். மேலும் சிலர் சாப்பிடாமல் விட்டால் நாம் இறந்துவிடுவோம் என்று சொல்லி வாயை அடைத்துவிடுவார்கள். மூன்று காரணங்களுமே 100 வீதம் சரி தான். ஆனால், ஒரு வேளையோ அல்லது ஒரு நாளோ சாப்பிடாமல் பட்டினி இருந்தால் இறந்து விடமாட்டோம் என்பது உங்கள் எல்லோருக்குமே தெரிந்த விஷயம் தான். எனவே, பட்டினி என்றால் என்ன? இப்படி பட்டினி இருந்தால் நம்மால் எவ்வளவு நாட்கள் உயிர் வாழ முடியும் என்று உங்களுக்குத் தெரியுமா?

மருத்துவ அல்லது உயிரியல் ரீதியாகப் பார்த்தால் பட்டினி இருப்பது என்பது வேறு ஒன்றும் இல்லை. நமது உடலுக்கு தேவையான கலோரி மற்றும் ஊட்டக்கூறு அதாவது nutrient குறைபாடு ஏற்படும் போது, அதை பட்டினி இருப்பது என்கிறோம். இப்படி பட்டினி இருக்கும் போது உடலுக்கு தேவையான உணவை முற்றிலும் கொடுக்காமல் விட்டால், அதன் விளைவு கடைசியில் இறப்பு தான். அதைத் தவிர்த்து ஒன்றுமே இல்லை! ஆனால் உங்கள் எல்லோருக்குமே தெரியும், சும்மா 1-2 நாட்கள் சாப்பிடாமல் விட்டதும் நாம் இறந்து விட மாட்டோம். அப்படி விரைவில் இறந்து விடுவோம் என்றால் நமது மனித இனமே இன்று வரை உயிர் வாழ்ந்திருக்க முடியாது.

உண்மை சொல்லப் போனால், உணவை விட நாம் உயிர்வாழ்வதற்கு வேறு அத்தியாவசியமான விஷயங்கள் இருக்கின்றன. உதாரணத்திற்கு பிராணவாயு, அதாவடு oxygen இல்லாமல் நம்மால் ஏறத்தாழ 5-10 நிமிடங்கள் மட்டும் தான் உயிர் வாழ முடியும். இதுவே தண்ணீர் குடிக்காமல் ஒரு சில நாட்கள், பொதுவாக 2 இருந்து 7 நாட்கள் வரை தான் உயிர் வாழ முடியும். ஆனால் உணவு இல்லாமல் சூழ்நிலையைப் பொறுத்து, நோய் ஒன்றும் இல்லாத, ஆரோக்கியமான ஒரு மனிதர் இரண்டு மாதங்கள் வரை உயிர் வாழ முடியும்! நம்பவே முடியவில்லை அல்லவா? சரி, இப்படி தொடர்ந்து உண்ணாமல் பட்டினி இருக்கும் நேரம் நமது உடலில் என்னவெல்லாம் நடைபெறுகிறது என்று பார்ப்போமா?

சாப்பிடாமல் இருக்கும் போது நமது உடல் மூன்று கட்டங்களைக் கடக்கின்றது. முதலாவது கட்டத்தில் நமது உடல் அதற்கு தேவையான சக்தியை எப்போதுமே கடைசியாக சாப்பிட்ட உணவில் காணப்படும் குளுக் கோஸ் ஊடாகப் பெறுகிறது. இதற்கு என்ன காரணம் தெரியுமா? குளுக்கோஸ் மூலமாகத்தான் நமது உடல் மிக இலகுவான வழியில் சக்தியைப் பெறுகிறது. இந்த குளுக்கோஸ் பொதுவாக glycogen எனப்படும் மூலக்கூற்றை அதாவது molecule ஐ உடைத்து உருவாக்கப்படுகிறது. இதில் ஆச்சரியமான விஷயம் என்ன தெரியுமா? ஒரு நாளில் நமது உடலுக்கு தேவைப்படுகிற சக்தியில் 25 சதவீதமான சக்தியை நமது மூளை மட்டுமே உபயோகிக்கிறது. இப்படி உபயோகிப்பதால் மட்டும் தான் நமது மூளை ஒழுங்காக வேலை செய்ய முடியும்.

நமது உடலில் காணப்படும் குளுக்கோஸ் முற்றிலும் முடிவடைந்ததும் நமக்கு பசி ஆரம்பித்துவிடும். பசி வந்தும் நாம் உணவு சாப்பிடாமல் இருந்தால், அடுத்ததாக இரண்டாவது கட்டம் ஆரம்பமாகிவிடும். இந்தக் கட்டத்தில் நமது உடல் glycerolipids எனப்படும் கொழுமியத்தை, அதாவது lipidir உடைத்து கிளிசரால் மற்றும் கொழுப்பு அமிலத்தை அதாவது fatty acidsir உருவாக்கத் தொடங்கிவிடும். முதலில் கிளிசரால் ஊடாக மேலும் குளுக்கோஸ் உருவாக்கப்படுகின்றன. கிளிசரால் முற்றிலும் முடிந்ததும் நமது ஈரல் கொழுப்பு அமிலங்களை ketone bodies எனப்படும் உயிர்வேதியியல் பொருளாக மாற்றிவிட்டு ketosis எனப்படும் செயல்பாட்டை ஆரம்பித்துவிடும். இந்த ketosis நடைபெறும் நேரம் குளுக்கோஸ்க்கு பதிலாக ketone bodies இல் இருந்து தான் நமது உடல் சக்தியைப் பெறுகிறது. இப்படி இந்த இரண்டாவது கட்டத்தில் மூளை, இருதயம் போன்ற முக்கிய உடல் உறுப்புகளுக்கு சக்தி செல்கிறது. இந்த காலகட்டத்திலும் உணவு சாப்பிடாமல் இருந்தால் ketone bodies உடன் நமது உடல் ஒரு சில நாட்கள் இருந்து கொஞ்ச வாரங்கள் வரை உயிர் வாழ முயற்சிக்கும். அதற்கும் காரணம் நமது மூளை தான்!

உணவு இல்லை என்று தெரியவந்ததும் நமது மூளை தனது குளுக்கோஸ் பாவனையைக் குறைத்துவிடுகிறது. ஒரு நாளில் 120 கிராம் குளுக்கோஸ் பாவித்த மூளை 30 கிராம் குளுக்கோஸ் மட்டுமே பாவிக்கத் தொடங்கிவிடும். ஆனால், இந்த கட்டத்தில் நமது உடலும் மிகவும் பலவீனமாகிவிடும்.

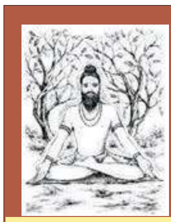
அனைத்து ketone bodies உம் முற்றிலும் முடிந்துவிட்டதும் கடைசி கட்டமாகிய மூன்றாவது கட்டம் ஆரம்பித்துவிடும். இதில் நமது தசைகளில் காணப்படும் புரதங்களை உடைத்து அமினோ அமிலங்கள் (aminoacids) மூலம் நமது உடல் சக்தியைப் பெறுகிறது. இந்த கட்டத்தில் நமது தசைகள் மெலியத் தொடங்கி விடுகின்றன. இதற்கு என்ன அர்த்தம் என்று புரிகிறதா? நமது உடல் தன்னைத் தானே உண்கிறது! இப்படி தசைகள் மெலிந்து போகும்போது ஒரு நேரத்தில் நமது இருதயம் தனது செயல்பாட்டை நிறுத்திவிடும். அதுமட்டும் இல்லை, மேலும் உடலின் நோய் எதிர்ப்பாற்றல் முறைமை மிகவும் பாதிக்கப்பட்ட நிலையை அடைந்துவிடும். ஆகவே, ஒரு சிறிய நோய் வந்தால் கூட அதன் விளைவு விபரீதமாக இருந்துவிடும்.

இப்போ உங்களுக்கு நன்றாகவே புரிந்திருக்கும் நமது உடல் இயற்கையின் ஓர் மாபெரும் அதிசயம் என்று. உணவு இல்லாமல் போனால் அதற்கு ஒரு Backup Plan மட்டும் இல்லை, மூன்று Backup Plans வைத்திருக்கிறது நமது உடல்!

பட்டினி இருந்து உடல் எடையை குறைக்கலாம் என்பது உண்மை தான். ஆனால் அப்படி மெலிவது உங்கள் உடலுக்கு ஆரோக்கியமற்றது! சத்துள்ள உணவு உண்டு உடற்பயிற்சி செய்தாலே போதும், சும்மா Top Model போல் உங்கள் உடல் வந்துவிடும். ஆனால் அதற்கு பொறுமை தேவை…!

நண்பர்களே, நமது உடல் ஒரு மாபெரும் அதிசயம் என்பது உங்களுக்கும் புரிந்துவிட்டதா? இதற்குரிய பதிலை மட்டுமில்லாமல், எனது சிறு கட்டுரை பற்றிய அபிப்பிராயத்தையும் எனக்குக் கண்டிப்பாக எனது முகநூல் பக்கத்தில் (www.facebook.com/scinirosh) அறியத் தாருங்கள்!

வெற்றிமணியின் வெள்ளி விழா 15.09.2019 (ஞாயிற்றுக்கிழமை)



திருமந்திரமும் வாழ்வியலும் 38

(சைவசித்தாந்த ரத்தினம் நாகேந்திரம் கருணாநிதி)

இந்நூலில் சிவம் எனவரும் சொல்லுக்கு இறைவன் என்னும் கருத்தைக் கொள்வோமானால் இந்நூல் எல்லா மதத்திற்கும் பொது நூலாக அமைவதைக் காணலாம்.

இறைவன் ஒருவனே

சைவசித்தாந்த அடிப்படைக் கொள்கையாகிய சகலமும் சிவப்பரம் பொருளாகிய சிவபெருமானே என்னும் தத்துவத்தைப் பதினான்கு சைவசித்தாந்த சாஸ்திரங்களில் இரண்டாவதாகப் போற்றப்படும், சைவசித்தாந்த சாஸ்திரங்களில் மணிமுடியாக, முதலாவதாகப் போற்றப்படும், தட்சணாமூர்த்தியின் திருக்கரத்தில இருக்கும் பாக்கியம் பெற்ற மெய்கண்ட தேவநாயனாரால் எழுதப்பட்ட "சிவஞான போதம்" என்னும் நூலுக்குச் சார்பாக, வழி நூலாக, அருணந்தி சிவாச்சாரியாரால் எழுதப்பட்ட "சிவஞான சித்தியார்" என்னும் நூலில் "சிவம் சக்தி நாதம்... எனத் தொடங்கும் சுபக்கம் பாடல் எண் 164 இல் மிகத் தெளிவாகக் கூறியுள்ளார்.

இறைவன் ஒருவனே என்னும் இக்கருத்தைத் திருமூல நாயனார் திருமந்திரத்தில் சிறப்புப் பாயிரத்தில் பின் வரும் இறைவணக்கப் பாடல் எண் 1 இல்

"ஒன்றவன்தானே இரண்டவன் இன்அருள்
நின்றனன் மூன்றினுள் நான்குணர்ந் தான்ஐந்து
வென்றனன் ஆறு விரிந்தனன் ஏழ்உம்பர்ச்
சென்றனன் தான்இருந் தான்உணர்ந்து எட்டே".

ஒன்றாயிருப்பவன் (சிவம்), அவனே சிவனும் சக்தியுமாக இரண்டாகவும் இருக்கின்றான். சக்தியும் சிவமுமென இரண்டாயிருப்பவன் அவனே பிரமன், திருமால், உருத்திரன் என மூன்றாகவும் உள்ளான். அவன் நான்மறை (நான்கு வேதங்கள்) வடிவானவன். படைத்தல், காத்தல், அழித்தல், அருளல், மறைத்தல் என்னும் ஐந்தொழிலுக்கும் அவனே தலைவன். சைவம், வைணவம், சாக்தம், காணாபத்தியம், சௌரம், கௌமாரம் என்னும் ஆறு சமயப் பிரிவுகளாக இருப்பவன் அவனே. ஏழ் உலகங்களிலும் இருப்பவனும், அவற்றை இயக்குபவனும் அவனே. இப்படி எங்கும் நீக்கமற நிறைந்த பரம்பொருள் தன்வயமாதல், தூய உடலினன் ஆதல், இயற்கை உணர்வடைதல், முற்றும் உணர்தல், பற்றற்றிருத்தல், பேரருள் நோக்கு, முடிவில்லாமை, எல்லையில்லாமை ஆகிய எண்குணத்தவனாக இருக்கின்றான்.

சர்வமும் சதாசிவம் என வலியுறுத்தும் திருமந்திரப் பாடல் எண் 384

"தூரத்திற் சோதி தொடர்ந்தொரு சத்தியாய்
ஆர்வத்து நாதம் அணைந்தொரு விந்துவாய்
பாரச் சதாசிவம் பார்முதல் ஐந்துக்கும்
சார்வத்துச் சத்திஓர் சாத்துமான் ஆமே"

அறிதற்கு அரியதாகத் தொலைவில் இருக்கிற சிவசோதி, அறிந்துணரக்கூடிய சக்தியாக, இச்சை வசப்பட்டு நாதமாகிய ஒலியைப் பொருந்தி ஒரு விந்து சக்தியாகி படைப்பாகிய சுமையைத் தாங்கும் சதாசிவம், இந்த நீர், நிலம், காற்று, நெருப்பு, ஆகாயம் என்னும் ஐந்துக்கும் அவை சார்ந்திருக்கின்ற சக்தியாகவும், தான் ஒரு சக்தி உடையவனாகவும் திகழ்கின்றான்.

ஒன்றானவன் ஒன்றில் மூன்றானவன் எனக்கூறும் திருமந்திரப் பாடல் எண் 403

"நின்றது தானாய் நிறைந்த மகேசுரன்
சென்றங் கியங்கி அரன்திரு மாலவன்
மன்றது செய்யும் மலர்மிசை மேலயன்
என்றிவ ராக இசைந்திருந் தானே"

எங்கும் நிறைந்திருக்கின்ற சதாசிவத்தோடு ஒன்றிக் கலந்திருக்கின்ற மகேஸ்வரன், காக்கும் தொழிலையும், அழிக்கும் தொழிலையும் செய்கின்ற போது திருமாலாகவும், உருத்திர மூர்த்தியாகவும் இருக்கின்றான். மற்றும் படைப்புத் தொழிலைச் செய்யும் தாமரை மேல் உள்ள பிரமனாகவும் அவனே இருக்கின்றான். இப்படிச் சிவன் ஒன்றானவன், செயலால் ஒன்றி மூன்றானவன்.

எகன் அனேகன் சிவனே எனக்கூறும் திருமந்திரப் பாடல் எண் 404

"ஒருவனு மேஉல கேழும் படைத்தான்
ஒருவனு மேஉல கேழும் அளந்தான்
ஒருவனு மேஉல கேழும் கடந்தான்
ஒருவனு மேஉட லோடுயிர் தானே"

ஏழு உலகங்களையும் படைக்கிறவன் ஒருவனே. படைத்த இந்த ஏழு உலகங்களையும் காப்பாற்றி அருளுபவனும் அவனே. இந்த ஏழு உலகங்களையும் அழிப்பவனும் அவனே. உடலோடு உயிராக இயங்கி வருபவனும் அவனே. அவன் பிரமனாய்ப் படைத்தலையும், திருமாலாய்க் காத்தலையும், உருத்திரமூர்த்தியாய் அழித்தலையும் செய்கின்றான். உலகின் தோற்றம், நிகழ்வு, ஒடுக்கம் என மூன்றிலும் உயிர்ப்புடையவனாக இருப்பவன் சிவபெருமானே.

திசையும் அவனே தேவனும் அவனே எனக்கூறும் திருமந்திரப் பாடல் எண் 412

"தானே திசையொடு தேவரு மாய்நிற்கும்
தானே உடலுயிர் தத்துவ மாய்நிற்கும்
தானே கடல்மலை யாதியு மாய்நிற்கும்
தானே உலகில் தலைவனு மாமே"

இச்சிவப் பரம்பொருளே, எல்லாத் திசைகளும் அதனைக் காவல் செய்யும் தேவனுமாய் இருக்கின்றான். இவனே உயிர்களின் உடலாய் உயிராய் உண்மைப் பொருளாய் இருக்கின்றான். கடலும், மலையும் எனக் காணும் பொருள் எல்லாமுமாய் இருந்து, உலகிற்கு ஓர் ஒப்பற்ற தலைவனாகத் திகழ்பவனும் இவனே. சிவனே எல்லாம்.

படைக்கும் பரம்பொருள் சிவனே எனக்கூறும் திருமந்திரப் பாடல் எண் 417

"உற்று வனைவான் அவனே உலகினைப்
பெற்று வனைவான் அவனே பிறவியைச்
சுற்றிய சாலும் குடமுஞ் சிறுதூதை
மற்றும் அவனே வனையவல் லானே"

உலகத்தைப் படைக்க விரும்பி, அதனைத் தோற்றுவிப்பவன் சிவபெருமானே. உயிர்களுக்குப் பிறவியைக் கொடுத்து உதவுபவனும் அச்சிவபெருமானே. குயவர்கள் சுற்றிச் செய்கின்ற தாழியும் (பேரண்டம்), குடமும் (உலகம்), சிறிய கலயங்களும் (உயிர்கள்) ஆகிய இவற்றை எல்லாம் படைக்கின்றவன் பரம்பொருளாகிய சிவபெருமானே.

"நான்" என்பது அகம்பாவமல்ல தன்னம்பிக்கையின் வெளிப்பாடு.

ஏலையா
க.முருகதாசன்

நான் என்று சொல்வது அகம்பாவத்தின், கர்வத்தின்,ஆணவத்தின் வெளிப்பாடு என்று சமூகத்தில் ஒரு கருத்து நிலவி வருகின்றது.ஆனால் அது தவறு.நாங்கள்,எங்கள், எங்களுடையது, என்ற குழுத்திரட்சிக்குள் ஒன்றிணைந்து நிற்பது பல நான்கள், பல எனதுகள் ஆகும்.

எமது உடல் தொடங்கி பூமியில் காணும் பொருட்கள் அனைத்தும் மட்டுமல்ல பூமிகூட அணுக்களின் ஒன்றினைவே ஆகும்.ஒவ்வொரு அணுவும் ஒவ்வொரு நானுக்குச் சமனாகும்.

தனிமனித ஆளுமையே இன்றைய உலக வளர்ச்சிக்கு ஆதாரமாக இருப்பவை.ஒவ்வொரு தனிமனிதனின் எண்ணம் சிந்தனை தேடல் என்பன திரட்சி பெற்று சமூகத்தின் ஆளுமையாக வெளிப்பட்டு நிற்கின்றது.

நான் எனும் ஒருவன் தன்மீது கொண்ட நம்பிக்கையினால்தான் அவனால் பலவற்றைச் சாதிக்க முடிகிறது. நான் எனும் நம்பிக்கையே என்னால் இது முடியும் என்று ஒரு விஞ்ஞானி அயராது உழைத்து ஒரு புதிய கருவி ஒன்றை உருவாக்குகிறான்.

ஒரு உதைபந்தாட்டக் குழுவிலிருக்கும் அனைத்து வீரர்களும், தனித்தனி வீரனாக முன்னலைப்படுத்தல் மூலமே குழு என்ற தன்மைக்குள் தம்மை ஒருங்கிணைந்துக் கொள்கிறார்கள்.அவர்கள் ஒவ்வொருவரின் மனதிலும் எனது அணி என்பது எங்களுடைய அணி என்ற அக்கறையை ஏற்படுத்துகின்றது.ஒவ்வொரு விளையாட்டு வீரனினதும் தனித்தனி ஆளுமையும் திறமையுமே ஒருமித்த செயலாற்றலுக்கு துணையாக நிற்கின்றது.

நான் என்பது தன்னம்பிக்கையின் உறுதி.நான் இதனைச் செய்து முடிப்பேன் என்ற திண்மமான எண்ணமே ஒருவன் எடுக்கும் செயலை முடித்து வைக்க ஊக்கசக்தியாக இருக்கின்றது.என்னால் இது முடியும் என்ற நம்பிக்கைதான் வெற்றிக்கு வழிவகுக்கின்றது.

ஓட்டப் பந்தயத்தில் பலருடன் சேர்ந்து ஒடம் ஓட்டப்பந்தய வீரன் தன்னுடன் போட்டியாக ஓடும் வீரர்களை இணைத்து அவன் வெற்றி பெறுவதில்லை.தனி ஆளாக தனது சக்தி மூலம் தன்னோடு ஓடும் பலரையும் முந்திக் கொண்டு வெற்றி வாகை சூடுகிறான்.

பரீட்சைக்கு படிக்கும் மாணவன் நான் சித்தியடைவேன் என்னால் சித்தியடைய முடியும் என்ற நானும் எனதுமே அவனை சித்தியடைய வைக்கின்றது. அங்கே பல மாணவருடன் இணைந்த சித்தியாக அது இருப்பதில்லை.

ஒரு நாட்டின் தலைவனைத் தெரிவு செய்யும் மக்கள் இவரால் நாட்டை நிர்வாகிக்க முடியும் என்ற நம்பிக்கையிலேதான் தெரிவு செய்கிறார்கள்.தெரிவு செய்யப்படும் தலைவனும் தன்மீது நம்பிக்கையில்லாமல் அவனால் தலைவன் பதவியை ஏற்க முடியாது.என்னால் நாட்டை நிர்வாகிக்க முடியும் என்றந நம்பிக்கையே அவனுக்கு உறுதுணையாக நிற்கின்றது.

கயிறு என்பது தனித்தனி இழைகளால் ஆனது.ஒவ்வொரு தனித்தனி இழைகளும் இன்னும் சிறிய இழைகளால் ஆனது.ஒவ்வொரு சிறிய இழைகளும் மிகச் சிறிய இழைகளால் ஆனது.ஒவ்வொரு மிகச் சிறிய இழைகளும் மிகமிகச் சிறிய இழைகளால் ஆனது.

எனவே மிக மிகச் சிறிய இழைகள் என்பன ஒவ்வொரு நானாக காணப்படுகின்றன.மிகமிகச் சிறிய இழைகளை ஒவ்வொரு உறுதியான நானாக கொள்ள முடியும்.

ஒவ்வொரு தனிமனிதனும் பெரும் சக்தி வாய்ந்தவன்.அந்த சக்திக்கு காரணமாக இருப்பது எனக்காக மற்றவர்கள் சிந்திப்பார்கள் என்பதோ, எனக்காக மற்றவர்கள் சுவாசிப்பார்கள் என்பதோ, எனக்காக மற்றவர்கள் உணவு உண்பார்கள் என்பதோ, எனக்காக மற்றவர்கள் தண்ணீர் குடிப்பார்கள் என்பதோ என இவையெல்லாம் அல்ல.

எனக்காக நான் எனது உயிர்வாழ்வுக்கான சுவாசத்தை நானே மேற்கொள்ள வேண்டும்,உடலின் தேவையாக இருக்கின்ற உணவு உண்ணுதல் தண்ணீர் குடித்தல் போன்றவற்றை நானே மேற்கொள்ள வேண்டும் என்ற இயற்கை விதிதான் நான் என்பதும், எனக்கானது என்பதுமாகும்.

ஒரு மனிதன் தனது அறிவை வளர்த்துக் கொள்ள பல நூல்களை வாசிக்கலாம், பலரிடம் பல கருத்துக்களை கேட்டு அறிந்து கொள்ளலாம், ஆனால் அவற்றை அவனே முன்னிலைப்படுத்த வேண்டும்.அவனே என்பதில் தன்னை குறியீட்டுக் கொள்கின்ற நான் என்பதே தலைதூக்கி நிற்கின்றது.

நாயன்மார்களில் ஒருவரான இறைப் போராளி அப்பர் என்னும் திருநாவுக்கரசு நாயனார் இறைவன் மீது தான் வைத்திருக்கும் அசைக்கமுடியாத பக்தி என்ற கர்வம் காரணமாகவும், தன்மீதான நான் என்ற நம்பிக்கை காரணமாகவும் "யார்க்கும் குடியல்லோம் எமனையும் அஞ்சோம்"என்றார்.

இந்திய சுதந்திரத்தை எழுச்சிபெறச் செய்த, கூர்மையடையச் செய்த மகாகவி பாரதியார் நான் எனும் மிகையான கர்வம் கொண்டவர் அதனால் அவர் இப்படி எழுதுகிறார்:-

"தேடிச் சோறு நிதந் தின்று - பல
சின்னஞ்சிறு கதைகள் பேசி - மனம்
வாடித் துன்பமிகவுழன்று - பிறர்
வாடப் பல செயல்கள் செய்து - நரை
கூடிக் கிழப் பருவம் எய்தி - கொடுங்
கூற்றுக்கிரையெனப் பின் மாயும் - பல
வேடிக்கை மனிதரைப் போல - "நான்"
வீழ்வேன் என்று "நினைத்தாயோ"

நான் என்ற தன்னம்பிக்கையின் வெளிப்பாடு மகாவி பாரதியாரின் திமிர்."நினைத்தாயோ" என்று சொல்வதில் "என்னை அவ்வாறு நினைத்தாயோ" கோபாக்கினியோடு மாந்தரைக் கேட்கிறார்.

எனவே "நான்" என்ற தன்னைத்தானே தன்னம்பிக்கையின் வெளிப்பாடே உலக வளர்ச்சிக்கு காரணமாகும்.

வெற்றிமணி வெள்ளிவிழா
15.09.2019 Sunday

மேக்கப் விபரீதம் : அகத்தின் அழகை, முகத்தில் அணிவோம்

அதிக மேக்கப் போடுவது, தன்னம்பிக்கை இன்மையின் வெளிப்பாடு”

வெற்றிமைந்தன்

ஆறே வாரத்தில் சிவப்பழகு ! சிவப்பாய் இருப்பதே அழகு !! என்பதெல்லாம் பெண்களுக்கு எதிராய் வியாபாரிகள் விரிக்கின்ற வசீகர வலைகள். இந்த வஞ்சக வலைகளில் அறிந்தும், அறியாமலும் விழுந்து தத்தளிப்பவர்கள் ஏராளமானோர். ஒரு விதத்தில் சிலந்தி வலையில் சிக்கிக் கொள்ளும் சின்ன ஈயாய் அவர்களுடைய வாழ்க்கை பிடிக்கப்பட்டு விடுகிறது.
அழகின் இலக்கணம் பெண்கள் தான். அவர்களுடைய அழகு அவர்களுடைய செயல்களில், அவர்களுடைய அன்பின், அவர்களுடைய நடவடிக்கைகளில் வெளிப்படுகிறது. அதனால் தான் உலக அளவில் பெண்மையைப் போற்றுவது போல யாரும் ஆண்மையைப் போற்றுவதில்லை !

இயல்பிலேயே அழகாய் இருப்பதால் அவர்களுக்கு அழகுணர்ச்சியும் ரொம்ப அதிகம். எதையும் அழகாய்ச் செய்ய ஆசைப்படுவார்கள். ஒரு மொபைல் கவர் வாங்கினால் கூட ஓரத்தில் ஒரு ஸ்டிக்கர் ஒட்டி ஸ்டைலாக்க முயல்வார்கள். இது பெண்கள் சிறுமியராய் இருக்கும்போதே தொடங்கிவிடுகிறது.

ஒரு இளம்பெண்ணின் பையை திறந்து பார்த்தால் அதில் ஒரு மினி அழகுசாதன நிலையமே இருக்கும். ஐபுரோ, ஐ ஷேடோ, ஐ லேஷல், ஐ லைனிங் இப்படி கண்ணுக்கு மட்டுமே ஏகப்பட்ட பொருட்களை வைத்திருப்பார்கள். பெரும்பாலும் விளம்பர உலகின் மாயாஜால பேச்சுகளிலோ, உடன் பழகும் மற்ற பெண்களின் தாக்கத்திலோ விளைந் தவையாய் இருக்கும்.
உளவியல் சொல்லும் ஒரு விஷயத்தை கவனிக்க வேண்டும். “அதிக மேக்கப் போடுவது, தன்னம்பிக்கை இன்மையின் வெளிப்பாடு” என்கிறது அது ! தாழ்வு மனப்பான்மையில் இருந்து வெளியே வர பெண்கள் கையிலெடுக்கும் ஆயுதங்களில் ஒன்றே மேக்கப் என்கின்றது உளவியல். சரி, உளவியல் எதையோ சொல்கிறது என விட்டு விடலாம், ஆனால் உடலியல் என்ன சொல்கிறது தெரியுமா ? அழகுப் பொருட்கள் ஆபத்தானவை !! மிக மிக ஆபத்தானவை !!
இந்த மேக்கப் பொருட்களில் இருக்கும் வேதியல் பொருட்களையும் அமிலப் பொருட்களையும் பட்டியலிட்டுப் பார்த்தால் ஏதோ ஒரு கெமிஸ்ட்ரி லேபில் நுழைந்த ஒரு உணர்வு வருகிறது. அந்த அளவுக்கு எதிலும் அமிலங்கள், அமிலங்கள். இந்த அமிலங்கள் அலர்ஜி முதல் கேன்சர் வரை உருவாக்கும் என்பது தான் பலருக்கும் தெரியாத அதிர்ச்சிச் செய்தி. எல்லாவற்றுக்கும் மேலே, மேக்கப் பொருட்களில் இருக்கும் சில கெமிக்கல்ஸ் பெண்களோட பெண்மைத் தன்மைக்கே கேடு விளைவிக்கும் என்கின்றன ஆய்வுகள்.

இத்தனை ஆபத்தான பொருட்கள் எப்படி சந்தைக்கு வருகின்றன ? எப்படி மக்களை ஏமாற்றுகின்றன ? அரசியல் ரீதியாகச் சொல்லவேண்டுமெனில் ஊழல் எனலாம். சட்ட ரீதியாகச் சொல்ல வேண்டுமெனில் மேக்கப் பொருட்களுக்கு கடுமையான தரக் கட்டுப்பாடு விதிகள், அமைப்புகள் ஏதும் இல்லை என சொல்லலாம்.
உணவுப் பொருளுக்கு இருப்பது போல சரியான தர நிர்ணய அமைப்பு இருந்தால் நிறைய சிக்கல்கள் தீர்ந்து போய் விடும். ஒரு சின்ன உதாரணம் சொல்ல வேண்டுமெனில்,” ஐரோப்பிய யூனியன்ஸ் காஸ்மெடிக் டைரக்டிவ்” அமைப்பு ஆரம்பித்த பின், யூ.கே யில் தரமான மேக்கப் பொருட்கள் மட்டுமே விற்பனைக்கு வருகின்றன என்பதைச் சொல்லலாம்! விஷத் தன்மை எவ்வளவு இருக்கிறது என்பதைப் பார்த்த பிறகே அங்கு அனுமதி வழங்கப்படுகிறது.

அமெரிக்காவில் லிப்ஸ்டிக்கை சோதனை செய்து பார்த்தார்கள். சொன்னா நம்ப மாட்டீர்கள் 61 சதவீதம் லிப்ஸ்டிக் விஷத்தன்மையோடு இருந்தது. அதிலும் 30 சதவீதம் உதட்டுச் சாயங்களில் மிக அதிக அளவு விஷத்தன்மை இருந்தது. அவையெல்லாம் அமெரிக்காவில் தடை செய்யப்பட்டன.
தினமும் லிப்ஸ்டிக் போடும் பழக்கமுடைய ஒரு பெண் தன்னோட வாழ்நாளில் தன்னை அறியாமலேயே சுமார் நாலரை கிலோ அளவுக்கு லிப்ஸ்டிக்கை சாப்பிடுகிறாராம். இது மனச் சிதைவு, கருச் சிதைவு, சிறுநீரகக் கோளாறு, பெண்மைத் தன்மை இழப்பு இப்படி ஏகப்பட்ட சிக்கல்களை உருவாக்கலாம் என்று எச்சரிக்கிறார் அமெரிக்க ஆராய்ச்சியாளர் பீட்டர் டிங்கில்.

மேலை நாடுகளில் இப்படி. நம்ம ஊரில் ? திருவிழா பொட்டிக் கடை முதல், ரங்கநாதன் தட்டு கடை வரை எங்கும் மலிவு விலை பொருட்கள். பவுடர், பாடி ஸ்ப்ரே, லிப்ஸ்டிக், ஐ புரோ, ஹெயர் ஸ்ப்ரே, டியோடரண்ட், ஷாம்பூ, ஷவர் ஜெல், ஹேண்ட் வாஷ் என எல்லாமே ரொம்ப மலிவான விலைல கிடைக்கும். அந்த மலிவு விலைக்குக் காரணம் அதில் இருக்கும் பொருட்கள் தரமற்ற ஆபத்தான பொருட்கள் என்பது தான். ! இங்கேயெல்லாம் ரொம்ப கட்டுப்பாடான தர நிர்ணயத்தை எதிர்பாக்க முடியாது. சோ, நாம தான் விழிப்பா இருக்கணும்.
மேலை நாடுகளிலெல்லாம் நிராகரிக்கப்படும் விஷத்தன்மையுடைய அழகுசாதனப் பொருட்கள் குறிவைப்பது வளர்ந்து வரும் நாடுகளான இந்தியா போன்ற பெரிய வர்த்தகத் தளங்களைத் தான். சட்டத்தை வளைப்பதோ, புழக்கடை வழியாக வியாபார ஒப்பந்தங்கள் நடப்பதோ இத்தகைய வளரும் அல்லது பிந்தந்திங்கிய நாடுகளில் மிக எளிது. உதாரணமாக, ஸ்வீடன் நாட்டில் தடைசெய்யப்பட்ட பார்மால்டிஹைட் நம்ம ஊர் ஷாம்பூ, ஹேண்ட் வாஷ் எல்லாவற்றிலும் சர்வ சுதந்திரமாய் உலவுவதைச் சொல்லலாம். இது தலைவலிக்கும், அலர்ஜிக்கும் கேரண்டி தரக் கூடிய பொருள்.

பாரபீன்ஸ் மற்றும் பாத்தலேட்ஸ் என்பவை விஷத்தன்மையுடைய இரண்டு பொருட்கள். இவை நமது வாசனைப் பொருட்கள், டியூட்ரன்ட் போன்றவற்றில் அதிகம் உண்டு. இதைத் தொடர்ந்து சுவாசிப்பது உயிருக்கே ஆபத்தானது. இந்தப் பொருட்களை பயன்படுத்தும் மக்களுடைய உடலில் இந்த விஷத் தன்மை இருக்கும். 20 க்கும் 40 வயதுக்கும் இடைப்பட்ட பெண்களின் உடலில் பாரபீன்ஸ் நிறைய இருக்குமாம். இவை ஹார்மோன்களையே சேதப்படுத்திவிடும். அப்படியே மார்பகப் புற்று நோய்க்கும் இதற்கும் நெருங்கியத் தொடர்பு உண்டு என்பது திகில் செய்தி.

தொடர்ச்சி 38ம் பக்கம்

நெஞ்சம் நிறைந்த நினைவுகள்

மகேந்திரம் சக்திபாலன்

பொன் பரமானந்தர் வித்தியாலய அதிபரும் வெற்றிமணி ஸ்தாபகரும் ஆசிரியருமாகிய திரு மு.க சுப்பிரமணியம் ஆசிரியரின் 100வது ஆண்டு விழா ஜேர்மன் சுவெற்றா நகரில் 12.05.2019 இல் நடைபெற்றது. இவ் விழாவில் அவரது மாணவனாக எனது துணைவியாருடன் பங்கேற்கும் பாக்கியம் பெற்றேன்.இவ் விழா அமைப்புக்கும் எமக்கு அழைப்புத் தந்த திரு மு.க.சு.சிவகுமாரன் அவர்களுக்கும் எமது மனமார்ந்த நன்றிகளைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறோம்.

நாம் வாழும் காலத்தில் எமது மதிப்பிற்குரியவர்க்குரிய நூற்றாண்டு விழாவைக் காணக் கிடைப்பதென்பது இறைவன் எமக்களித்த வரப்பிரசாதமே. அதுவுமோர் கல்வி கற்ற அதிபரின் விழா என்பதில் மிகவும் அகமகிழ்ச்சி. குரும்பசிட்டி பொன் பரமானந்தர் வித்தியாலயத்தில் 12 வருடங்கள் மு.க.சுப்பிரமணியம் ஆசிரியர் அதிபராக அரும் பணியாற்றியிருந்தார்.

இக் காலத்தில் அவரிடம் கல்வி கற்கும் வாய்ப்பினைப் பெற்றதும் அவர் வாழ்ந்த காலத்தில் நாமும் வாழ்ந்தோம் என்பது மிக உன்னதமே. பெற்றவர்கள் எமை பேணிக்காத்திட்டாலும் எதிர் காலத்தில் நற்பேறு பெற்ற மாணவர்களாக்கித் தருபவர்கள் குருவாக அமைந்திட்ட ஆசிரியப் பெருந்தகைகளே!திரு மு.கசுப்பிரமணியம் ஆசிரியரவர்கள் அதிபராக கடமையேற்றது எமது பாடசாலைக்கோர் முன்னேற்றப் படிகளாகவே அமைந்தது எனலாம். ஆரம்பகாலத்தில் பொன் பரமானந்தர் வித்தியாலயம் நடுவண் ஓர் மண்டபத்துடன் இரு சிறு ஓலையால் வேயப்பட்ட வகுப்பறைகளுமே இருந்தன. இந் நிலையில் மாணவர்கள் படிப்பதற்கான இடவசதிக் குறைபாடுகள் அதிகமாயிருந்தன. மர நிழல்களில் கூட நாம் இருந்து படித்த காலங்கள் இருந்தன. முயற்சி திருவினையாக்கும் என்ற வாக்குக்கமைய எதையுமே பொருட் படுத்தாது பாடசாலையின் வளர்ச்சியை நோக்காகக் கொண்டு அரும் பாடுபட்டார். பல தொழிலதிபர்களிடமும் பெற்றோர்களிடமும் உதவி பெற்றார். முன்பக்கமாக இரு பெரிய மண்டபங்கள் வகுப்பறைகளாக அமைக்கப்பட்டன. மாணவர்கள் கல்வி பயிலுமளவுக்கான தளபாட வசதிகளும் உருவாகின. இப்பெருமை முழுவதுமே அதிபரையே சார்ந்தது.

பெற்றோர்களுக்கும் ஆசிரியர்களுக்குமான புரிந்துணர்வை உருவாக்கினார். பெற்றார் ஆசிரியர் சங்கப் பொதுக்கூட்டங்களை ஏற்படுத்தினார். மேலும் பாடசாலை வளர்ச்சியை மெருகூட்டினார். மாணவர்கள் வசதிக்கான எல்லாவிதமான விடயங்களையும் அதிபர் தினமொரு திருத்தமாக செயலாக் கினார். இவற்றுள் அத்தியாவசிய தேவையாகவிருந்த குடிநீர் நிரப்பும் தொட்டியை அமைத்தார். அதற்குத் தேவையான நீர் இறைக்கும் யந்திரத்தை மில்க்வைற் தொழிலதிபர் கனகராஜா அவர்களின் உதவியுடன் அமைத்துத் தாகம் போக்கினார். அன்றைய காலத்தில் ஒரு விடயத்தை நிறைவேற்றுவதென்பது எளிதான விடயமல்ல. இதற்காக அவர் பட்ட சிரமங்கள் ஆயிரமாயிரம்.மாணவர்கள் கலை நிகழ்வுகள், பாடசாலை இல்ல விளையாட்டுப் போட்டிகள் என்பன நடத்தப்பட்டன. மாணவர் சேவைப்பணிகள் பலவும் உருவாக் கப்பட்டது. இவற்றில் குறிப்பிட்டுச் சொல்லும் வகையாக சாரணர்படை, குருளைச்சாரணர் படை என மாணவர்கள் குழாம் உருவாக்கப்பட்டு பாட சாலையின் தரமானது உயர்த்தப்பட்டது. எமது பாடசாலை காங்கேசன் துறைத் தொகுதியில் 3 நாட்கள் நடைபெற்ற சாரணர் பாசறையில் பிரபல பாடசாலைகளின் மத்தியில் போட்டியிட்டு பொன் பரமானந்தர் வித்தியாலயம் இரண்டாம் இடத்தைப் பெற்று வெற்றிவாகை சூடி அதிபரின் கனவை நனவாக்கினோம்.

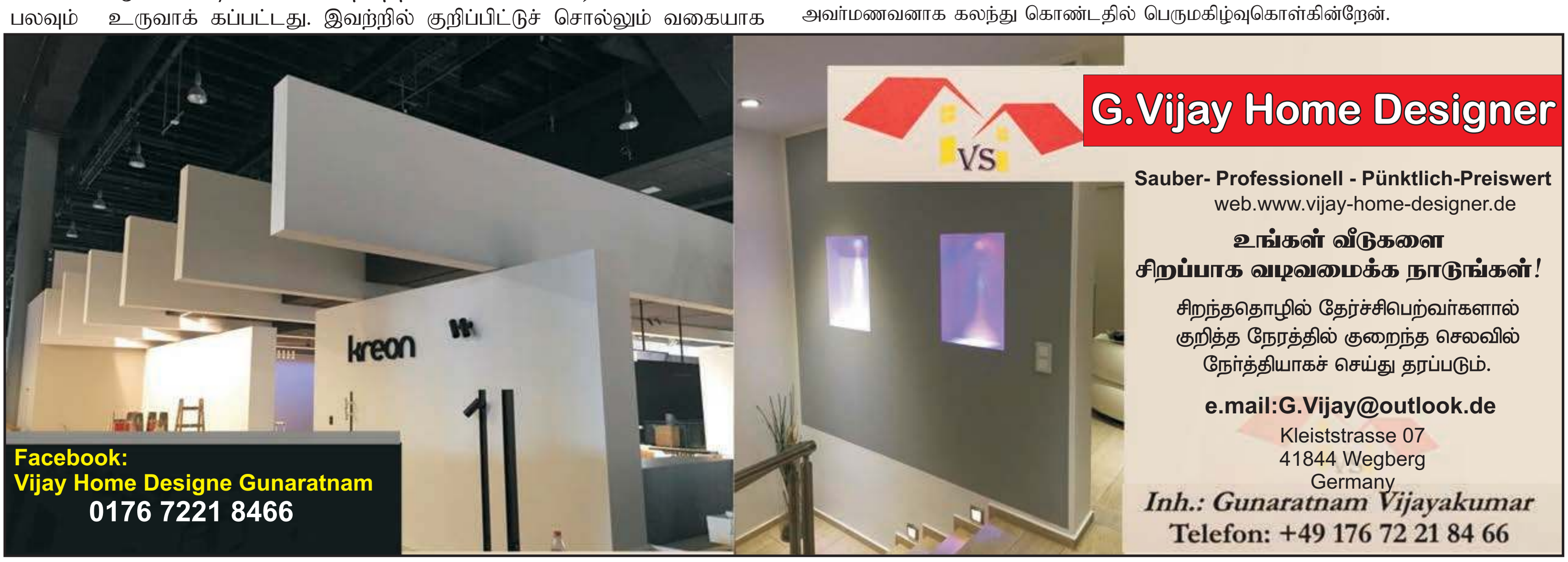
அனைவரும் பேதமின்றி நடத்தப்படவேண்டுமென உறுதியாக இருந்தார். வறுமைக்கோட்டின் கீழ் உள்ள மாணவர்களுக்கு அவரது பணத்திலே உதவிகள் புரிந்தார். பாடசாலை மாணவர்களுக்கென பொழுது போக்கு நிகழ்வுகள் அவ்வப்போது நடைபெறும். குறிப்படும்படியாக வேல் ஆனந்தன் அவர்களின் நடன நிகழ்வு, அண்ணை றைட் நாடகம், வாடைக்காற்று திரைப்படம் போன்றன நினைவில் நிற்கின்றன. எப்பொழுதுமே மாணவர்கள் நல்லொழுக்கத்தில் கண்டிப்பாக இருப்பார். இதனை பாடசாலையிலும் வெளியேயும் நடைபெறும் நிகழ்வுகளிலும் பலராலும் அவதானித்து பாராட்டப்பட்டது.

எமது பாடசாலை 75வது ஆண்டு விழாவானது கோலாகலம் பூண்டது. மாணவர்களின் ஊக்கத்திறனை வெளிப்படுத்தும் வகையில் இந்நிகழ்வுகள் இடம் பெற்றன 3 நாட்கள் மிகப் பெரும் கண்காட்சி ஒன்று பிரமாண்டமான ஏற்பாட்டில் அனைவராலும் ஒழுங்கமைக்கப்பட்டது. வடமாகாணத்திலுள்ள பெரும்பாலான பாடசாலைகளை அழைத்துச் சிறப்பித்தமையானது எல்லோராலும் குறிப்பிட்டு பேசத்தக்க நிகழ்வாக அமைந்தது. அதிபரது ஒழுங்கின் கீழ் சன்மார்க்கசபை மண்டபத்தில் சித்திரப் பயிற்சி வகுப்புக்கள் திரு மு.க.சு சிவகுமாரன் அவர்களால் நடாத்தப்பட்டன. கிராம மக்களுக்காக பாடசாலை விடுமுறை நாட்களில் முதலுதவி வகுப்புக்கள் திரு போஜன் (செஞ்சிலுவைச் சங்க அதிகாரி) அவர்களால் நடாத்தப்பட்டு சான்றிதழ்கள் வழங்கப்பட்டன. 12 வருடகால சேவையில் அவர் ஆற்றிய பணிகள் எண்ணிலடங்காதவை உழைப்பால் உயர்ந்தவர் எங்கள் அதிபர் பெருந்தகை திரு மு.க சுப்பிரமணியம் அவர்கள் என்பதும் அதனால் சமூகத்தில் நீக்கமற அவரது சேவைகள் நினைவில் நிறைந்தவை என்பதுவும் பெரும் பதிவாகும். பொன் பரமானந்தர் வித்தியாலயம் அதிபர் உட்பட பெரும்பாலானவர்கள் எமதூர் ஆசிரியர்களே எமக்குக் கல்வி புகட்டினார்கள். அதனால் எம் மாண வர்கள் ஒழுக்க நெறி தவறா சீலர்களாக உருவாகி உள்ளனர் என்பதில் ஐயமேதுமில்லை. இவ்வகையில் அடியேனும் சுவிற்சர்லாந்திலுள்ள பூரண ஆச்சிரமத்தில் குடும்பமாக இணைந்து கொண்டு ஆன்மீக சமூக சேவைப் பணிகளிலும் ஈடுபட அடித்தள விதையாக அமைந்தவர் எமது ஆசிரியரே.

இவ் வேளையில் வித்யா கல்விக்கு வித்திட்ட மு. இராமலிங்கம் ஆசிரியர் அவர்களுக்கும் கல்வி கற்பித்த சக ஆசிரியர்களுக்கும் மனமார்ந்த நன்றி கலந்த வணக்கங்களைத் தெரிவித்துக் கொள்வதில் பெரு மகிழ்வுறுகிறோம். அக்காலத்தில் அவரது இல்லம் ஓர் கலைக்கூடம்

அதிபர் மு.க சுப்பிரமணியம் வெற்றிமணி ஸ்தாபகரும் ஆசிரியருமாவார், துணைவியார் ஆசிரியர் திருமதி செல்வரத்தினம் (நவநியம்.) கற்கைநெறி புகட்டும் ஆசிரியர், புதல்வன் மு.க.சு சிவகுமாரன் ஓவியக்கலை பட்டதாரி (BFA). புதல்வி தருமதி கலாநிதி லோதாசன் அவர்கள் குரும்பசிட்டி தபாற் கந்தேரின் அதிபராக திருமதி மாணிக வாசகர் ஓய்வுபெற்றபின் அங்கு அதிபராகத் தொடர்ந்தவர். தயாநிதி மோகன் BA கலைப்பட்டதாரியும் அத்தோடு பத்மினி சின்னத்துரை வழுவூர் இராமையாபிள்ளை இவர்களிடம் நடனத்தை முறையாகக் கற்று

சிவத்தமிழ்ச்செல்வி தங்கம்மா அப்பாக்குட்டி அவர்களின் தலைமயில் வீரசிங்கம் மண்டபத்தில் அரங்கேற்றம் கண்டவர். இன்று இவரது மாணவர்கள் பலர் நடனத்தில் சிறந்துவிளங்குகின்றனர் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது. திரு.சிவராஜன் அவர்கள் கொழும்பு ஆயுள்வேதக் கல்லூரியில் பட்டப்படிப்பை முடித்து பல ஆண்டுகள் கொழும்பில் சிறந்த வைத்தியராகப் பணிபுரிந்தவர். திருமதி பதுமநிதி அன்பழகள் பேர்கன் பல்கலைக்கழகத்தில் Bsc கற்கை நெறி பயின்றவர். அமரர் மு.க.சுப்பிரமணியம் அவர்களின் நூற்றாண்டுவிழாவில் அவர்மணவனாக கலந்து கொண்டதில் பெருமகிழ்வுகொள்கின்றேன்.



தமிழர் தாயகத்தை ஆக்கிரமிக்க புதிய யுக்திகள்

3 ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

இவை அனைத்தும் முறையான ஆய்வுகள் மூலமாகப் பெயப்பட்ட தகவல்களின் அடிப்படையிலோ அல்லது, முறையான நில அளவீட்டின் அடிப்படையிலோ வெளியிடப் பட்ட பிரகடனங்கள் அல்ல. எழுந்தாமனான பிரகடனங்கள்தான் அவை.

குறிப்பிட்ட 337 தொல்பொருள் இடங்களில் 167 முல்லைத்தீவு மாவட்டத்தில் உள்ளவை. அதில் சுமார் 50 வரையிலானவை வெலிஓயா என பெயர் மாற்றப்பட்டுள்ள மணலாறு பகுதியிலுள்ளவை. இந்தப் பகுதிதான் வடக்கு கிழக்கு மாகாணங்களை இணைக்கும் கேந்திரமுக்கியத்துவம் வாய்ந்த பகுதி. அதாவது, வடக்கு கிழக்கு இணைப்பை முழு அளவில் துண்டிப்பதை இலக்காகக்கொண்டுதான் தொல்பொருள் திணைக்களமும் செயற்படுகின்றதா என்ற கேள்வியை இது எழுப்புகின்றது.
இவ்வாறு இலக்கு வைக்கப்பட்டுள்ள ஒரு பகுதிதான் முல்லைத்தீவு மாவட்டத்திலுள்ள நீராவியடி. இதுதான் இப்போது எரியும் பிரச்சினையாக உள்ளது. இதனை ஒரு உதாரணத்துக்காக மட்டும்தான் சொல்கிறேன். இங்கு நீண்டகாலமாக இருக்கும் பிள்ளையார் கோவிலுக்கு அருகில் கடந்த ஜனவரியில் புத்தர் சிலை ஒன்று அமைக்கப்பட்டது. அதில் பிக்கு ஒருவரும் தொல்பொருள் திணைக்களத்தின் அனுசரணையுடன் குடியேறினார். அவருக்கு இராணுவம் பாதுகாப்பளித்தது. நீதிமன்ற உத்தரவையும் மீறி அவர் கட்டுமானங்களை அமைப்பதை இராணுவமும், பொலிஸாரும் தடுப்பதில்லை. அந்தப் பகுதியில் பாரிய விகாரை ஒன்றை அமைத்து, மீனவர் குடியிருப்பு, விவசாயகக் குடியிருப்பு ஒன்றை அமைத்து சிங்களவர்களைக் கொண்டுவந்து குடியேற்றும் திட்டத்துடன் அவர் செயற்படுகின்றார்.
கடந்த வாரம் அமைச்சர் மனோ கனேசன் அங்கு சென்றிருந்த போது குறிப்பிட்டபிக்கு, ஆவேசத்துடன் பேசியதை தொலைக்காட்சியில் பார்த் தோம்.

இது போல வடக்கில் 337 இடங்களிலும் அமைக்கப்பட்டால் நிலைமை என்ன? இது போன்ற குடியேற்றங்களின் பாதுகாப்புக்காகத்தான் வடக்கில் இந்தளவுக்கு பாரியளவில் இராணுவம் குவித்துவைக்கப்பட்டுள்ளது. நினைக்கிறோம் - சில பிக்குகளும் அரசியல்வாதிகளும்தான் படையினரின் ஆதரவுடன் இதனைச் செய்கின்றார்கள் என்று. நிச்சயமாக இல்லை. அவர்களுக்குப் பின்புலமாக அரச இயந்திரம் இக்கின்றது. பௌத்த மயமாக்கல் கொள்கை வகுப்பாளர்களாக புத்திஜீகள், பேராசிரியர்கள் என ஒரு குழு இவற்றை துல்லியமாகத் திட்டமிட்டுச் செயற்படுகின்றது. அரசியல், கட்சி வேறுபாடுகள் முரண்பாடுகளுக்கு அப்பால் அவர்கள் இணைந்து செயற்படுகின்றார்கள்.
நாங்கள் தேசியம் என்றும், தாயகம் என்றும் பேசிக்கொண்டிருக்கும் நிலையில், கண்ணுக்குத் தெரியாமல் அதனை இல்லாமல் செய்வதற்கான திட்டங்கள் நடைமுறைப்படுத்தப்படுகின்றது. சுவர் இருந்தால்தான் சித்திரம் வரையலாம்.

ஒரு புறம் தாயகம் இவ்வாறு அரித்துச் செல்லப்படுகின்றது. மறுபுறம் மக்கள் தொடர்ந்தும் வெளியேறிவருகின்றார்கள். தமிழகத்தில் மட்டும் 100 முகாம்கள் இன்னும் இருக்கின்றன. சுமார் ஒரு லட்சம் மக்கள் இன்னும் அங்கிருக்கின்றார்கள். அவர்களை மீண்டும் அழைத்துவருவதற்கான திட்டங்கள் எதுவும் இன்று வரை இல்லை. தாயகத்துக்கு வரலாம் என நம்பிக்கையை அவர்களுக்குக் கொடுக்க எமது தலைவர்களால் முடியவில்லை. இந்த நிலைமையில் வெறுமனே கோட்பாடுகளைப் பேசிக்கொண்டு எமக்கிடையே முரண்பட்டுக்கொண்டு நின்றால் தாயகமே காணாமல் போய்விடும்.

அரசாங்க இயந்திரம் சிங்கள புத்திஜீவிகளின் ஆலோசனைகளுடன் முன்னெடுக்கும் இந்த ஆக்கிரமிப்பு யுக்திகளை எதிர்கொள்வதற்கு தமிழ்த் தரப்பிடம் என்ன உபாயம் உள்ளது? இதனையிட்டு தமிழ்த் தரப்பினர் எப்போதாவது சந்தித்துப் பேசி இந்தச் சந்தர்ப்பத்தில் நாம் என்ன செய்ய வேண்டும்? என்பதை ஆராய்ந்திருக்கின்றார்களா? அரசாங்கம் கொடுக்கும் கம்பரெலியா, சமூர்த்தி, பனை அபிவிருத்தி நிதியம் என்பவற்றின் மூலமான அபிவிருத்திகளைக் காட்டி அடுத்த தேர்தலை எதிர்கொள்வது மட்டும்தான் கூட்டமைப்பின் அரசியல் என்ற நிலை இப்போது வந்துவிட்டது. நீண்டகாலப் போரினால் பாதிக்கப்பட்ட மக்களுக்கு அபிவிருத்தியும் நிவாரணங்களும் அவசியம்தான். மறுக்கவில்லை. ஆனால், அந்த அபிவிருத்தி என்ற மாயைக்குள் மக்களை வைத்திருக்கும் நிலையில் தாயகம் பறிபோவது மறைக்கப்படுகின்றது. அரசியல் தீர்வுக்கான முயற்சிகள் கைவிடப்பட்டிருப்பதையிட்டு யாரும் பேசத் தயங்குகின்றார்கள். போர்க் குற்றங்களுக்கான பொறுப்புக் கூறல் காணாமல் போய்விட்டது.
கடந்த 10 வருடத்தில் எமக்கு கிடைத்தது இதுதான். போர் முடிவுக்கு வந்தாலும் போருக்கான காரணங்கள் அப்படியேதான் இருக்கின்றன என்பதைவிட அது இன்னும் ஒரு படி மோசமாகிவிட்டது என்றும் சொல்லலாம். இப்போது நேரடியான போர் இல்லை என்றாலும், மறைமுகமான போர் ஒன்று தொடுக்கப்படுகின்றது. தமிழ்க் கட்சிகளும், புலம்பெயர்ந்த அமைப்புக்களும் இணைந்து இதனை எதிர்கொள்வதற்கான உபாயங்களை வகுத்துச் செயற்படாவிட்டால், தமிழர்களை கடவுளும் காப்பாற்ற முடியாத ஒரு நிலைதான் வரும்!

35ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

இன்றைக்கு சந்தையில் கிடைக்கும் அனைத்து பிரபல டியோடரண்ட்களிலும் புரோப்பலீன் கிளைகோள் எனும் கெமிகல் உண்டு. இது தோலை நாசமாக்கி, இரத்ததில விஷத் தன்மையைக் கலக்கும். கூடவே மூளை, லிவர், சிறுநீரகம் போன்றவற்றுக்கெல்லாம் பாதிப்புகளை உருவாக்கும்.இது மவுத்வாஷ், மற்றும் பற்பசைகளில் கூட உண்டு என்பது பயமுறுத்தும் உண்மை.

சோடியம் லாரில் சல்பேட், சோடியம் லாரத் சல்பேட் இப்படி இரண்டு கெமிகல்ஸ் நுரை தரும் பல மேக்கப் பொருட்கள்ல உண்டு. உதாரணமா ஷாம்பூ, சோப்பு, ஷவர் ஜெல். இது கண்பார்வைக்கு மிகப்பெரிய அச்சுறுத்தல் ! இதே மாதிரி எத்தனோலமின் எனும் வேதியல் பொருளும் இந்த மாதிரி பொருட்களில் உண்டு. இது கிட்னி, லிவர் இரண்டுக்கும் எதிரி. ஐசோபுரோபைல் ஆல்கஹால் ங்கர ஒரு கெமிகல் மன அழுத்தத்தைக் கூட கொண்டு வரும்.
இப்போது ஆயுர்வேதிக், இயற்கை மூலிகைத் தயாரிப்பு, ஆர்கானிக் என்றெல்லாம் முகமூடி போட்டுக்கொண்டு வருகின்ற பொருட்களை கண்ணை மூடிக்கொண்டு நம்பாதீர்கள். எல்லாவற்றிலும் விஷத்தன்மை உண்டு.

வெயில் காலம் வந்தால் உடனே மாயிஸ்ட்ரைஸர் வாங்கிக் கொள்கிறோம். உடலில் அதைத் தேய்த்தால் புற ஊதாக்கதிர்களின் தாக்கத்திலிருந்து பாதுகாக்கலாம் என்றும், உடல் எப்போதும் ஈரப்பதத்துடன் வறட்சியடையாமல் இளமையாய் இருக்கும் எனவும் நம்புகிறோம். உண்மை என்னவெனில் இத்தகைய மாயிஸ்ட்ரைசர்களில் பாரஃபீன்ஸ், மினரல் ஆயில், டிட்டர்ஜன்ட் போன்றவை உண்டு. இவை தோலுக்குள் சென்று தோலை சேதப்படுத்தும் அபாயம் உண்டு. சும்மா வெயிலில் போனால் வைட்டமின் டி ஆவது கிடைக்கும். அது உடலுக்கு ரொம்ப நல்லதும் கூட !

தோலின் இயல்புத் தன்மையைப் பாதிக்கிறது.

இறைவன் படைப்பில் அனைத்துமே அழகு தான். ரோஜாவுக்கு ஒரு அழகு என்றால், முல்லைக்கு இன்னொரு அழகு, சாமந்திக்கு வேறொரு அழகு. ஒவ்வொரு அழகுமே இறைவனின் படைப்பின் மகத்துவம் தான். இறைவன் தருகின்ற உடலை அப்படியே ஏற்றுக் கொள்வதில் இருக்கிறது பெண்மையின் பலமும், பெண்மையின் தன்னம்பிக்கையும். அப்படி ஏற்றுக் கொள்ளாமல் செய்யும் ஒவ்வொரு செயலுமே ஆபத்து தான். முடியை நேராக்குவோம் என ஹெயர் ஸ்ட்ரெயிட்டனிங் பண்ணுவது கூட பார்மால்டிஹைட் உடலில் நுழையக் காரணமாகி கேன்சரைக் கூட கொண்டு வரும்.
இத்தகைய ஆபத்துகள் குழந்தைப் பொருட்களைக் கூட விட்டு வைப்பதில்லை. குழந்தைகளுக்குப் பயன்படுத்தும் எண்ணை பெரும்பாலும் மினரல் ஆயில் என்கின்றது புள்ளி விவரம் ஒன்று. இந்த மினரல் எண்ணை உடலின் மேல் ஒரு மெல்லிய மெழுகுப் படலத்தை ஏற்படுத்தி தோலின் இயல்புத் தன்மையைப் பாதிக்கிறது. இதை அதிக அளவு பயன்படுத்தும் போது உடல் தனது இயல்பான பணிகளைச் செய்ய முடியாமலும், உடலின் நச்சுத் தன்மையை வியர்வை மூலம் வெளியேற்ற முடியாமலும் சோர்வுறுகிறது. முகப்பூச்சு பயன்படுத்துவது கூட கெடுதலானது எனவும், குறிப்பாக குழந்தைகள் முகப்பூச்சுத் துகள்களை சுவாசிக்க நேர்வதனால் ஆஸ்த்மா போன்ற பல பிரச்சனைகள் வர காரணமாகிறது எனவும் மருத்துவர்கள் தெரிவிக்கின்றனர்.
பதின் வயதுப் பிள்ளைகள், பள்ளிப் பிள்ளைகளுக்கு நகங்களில் கலர் கலராக டிசைன் வரைவது ஃபேஷன். முன்பெல்லாம் ஒரே நிறத்தைப் பூசுவார்கள். இப்போது ஒரே நகத்தில் நான்கைந்து நிறங்களைப் பூசிக் கொள்வது வழக்கம். இந்த நகப்பூச்சுகளில் அசிடோன் இருந்தால் நகத்தை வலுவிழக்கச் செய்யும். தொடர்ந்து அடிக்கும் நிறத்தில் நகப்பூச்சுகள் பூசுவது நகத்தின் வசீகரத்தையும், வலிமையையும் அழித்து விடும் என்பது அதிர்ச்சிகரமான உண்மை.

விளம்பரம் சொல்கின்ற வரையறைகள் தான் அழகு என நம்பும் போது நாம் ஆபத்தை விலை கொடுத்து வாங்குகிறோம்.

விளம்பரம் சொல்கின்ற வரையறைகள் தான் அழகு என நம்பும் போது நாம் ஆபத்தை விலை கொடுத்து வாங்குகிறோம். நாம் எப்படி இருக்க வேண்டும் என்பதை ஏன் அவர்கள் நிர்ணயிக்க வேண்டும் ? நாம் கருப்பாய் இருப்பது அழகல்ல என ஏன் அவர்கள் நம்மை கிண்டலடிக்க வேண்டும் ? அதை ஏன் பெண்கள் அப்படியே ஏற்றுக் கொண்டு அவர்களுடைய கல்லாவில் பணத் தைக் கொண்டு கொட்ட வேண்டும் ? சிந்திக்க வேண்டிய விஷயமல்லவா ?

இப்படி அழகு சாதனப் பொருட்களை தொடர்ந்து பயன்படுத்துவது ஒரு வித அடிமை மனநிலைக்குள் நம்மைத் தள்ளி விடுகிறது. பின்னர் அந்த அழகு சாதனப் பொருள் இல்லாமல் ஒரு முழுமை தோன்றுவதேயில்லை. எந்த அழகு சாதன ஷாம்பூக்களும் இல்லாத காலத்தில் நமது பாட்டிமார் நூறு வயதிலும் கருகரு கூந்தலோடு வலம் வந்தனர். இன்றைக்கு பதின் வயது தாண்டியதும் வெண்நரையுடன் தானே உலவுகின்றனர் ? அப்புறம் அதை மாற்ற கூந்தலுக்கு கலர் அடிக்கிறோம். அந்த டையில் பி.பெனிலைன்டையாமின் இருக்கிறது. அது எக்கச்சக்க பிரச்சினைகளை உடலுக்குக் கொண்டு வருகிறது.

“என் அம்மா அழகாயில்லை” என சொல்கின்ற ஏதேனும் ஒரு குழந்தையைக் காட்ட முடியுமா ? அம்மா காட்டுகின்ற அன்பில் தான் குழந்தை அழகின் அர்த்தத்தை அறிந்து கொள்கிறது. அம்மா பூசும் முகப்பூச்சில் அல்ல. அதனால் தான் உலகிலேயே ரொம்ப அழகு என் அம்மா தான் என குழந்தைகள் குதூகலித்துச் சொல்லும்.
தாய்மைக்காலத்தில் அழகு சாதனப் பொருட்களை பயன்படுத்தவே பயன்படுத்தாதீர்கள் என மருத்துவர்கள் வலியுறுத்துகின்றனர். டாக்டர் என்ஜெல்மேன் எழுதிய கட்டுரையொன்றில் ஏகப்பட்ட அழகுசாதனப் பொருட்களை பட்டியலிட்டு அவற்றைத் தவிர்க்க வேண்டுமென தாய்மை நிலையிலுள்ள பெண்களைக் கேட்டுக்கொண்டிருக்கிறார். இது கடந்த ஆண்டு உலகின் பிரபல பத்திரிகையான வோக் இதழில் வந்து பரபரப்பைக் கிளப்பியது.
நாம் என்ன நிறத்தில் இருக்க வேண்டும், எந்த எடையில் இருக்க வேண்டும், எந்த உயரத்தில் இருக்க வேண்டும் என்பதை அடுத்த வீட்டு நபர் சொன்னால் எரிச்சலடைகிறோம். அதே விஷயத்தை வரவேற்பறையில் இருக்கும் தொலைக்காட்சி சொன்னால் ஒத்துக் கொள்கிறோம். அதுவும், பிடித்த நடிகரோ நடிகையோ சொன்னால் அவ்வளவு தான். அமெரிக்காவில், லண்டனில் என்று பீலா விட்டால் போயே போச்சு. இதெல்லாம் தேவையா என ஒரு சுய பரிசோதனை செய்து கொள்வோம். பெண்கள் வெறும் போகப் பொருட்கள். அவர்கள் பிறருடைய கண்களுக்கு வனப்பான உடலோடு வலம் வரவேண்டும் எனும் மனநிலையை விளம்பர உலகம் வலிந்து திணிக்கிறது. அதை பெண்கள் நிராகரிக்க வேண்டும். பெண்கள் இன்று சமூகத்தின் அத்தனை உயரிய இருக்கைகளிலும் கம்பீரமாய் அமர்ந்திருக்கின்றனர். தொழில் நுட்ப உலகம் பெண்களை வியந்து பார்க்கிறது. அழகைக் காட்டி வசீகரிக்க வேண்டிய அவசியம் இன்று இல்லை, அறிவை நீட்டி உலகை வியக்க வைக்கலாம். எனவே புற அழகை புறந்தள்ளி, அக அழகை அணிந்து கொள்வோம். அந்த அகத்தின் அழகு முகத்தை அழகாக்கும். அகத்தின் அன்பு முகத்தை எழிலாக்கும். அகத்தின் குணம் முகத்தை வசீகரமாக்கும். அந்த அழகே நிரந்தரம். அதுவே உயர் தரம்.

அன்றும் இன்றும் இளைஞர்கள்

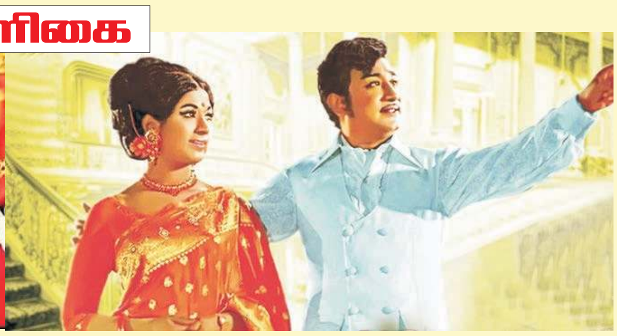
நேர்கொண்ட பார்வை

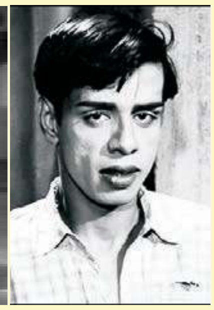
அஜித்தின் நேர்கொண்ட பார்வை ட்ரெய்லரை ரசிகர்கள் கொண்டாடி வரும் நிலையில், அவர்களை மேலும் மகிழ்ச்சியல் ஆழ்த்த அடுத்தடுத்த அறிவிப்புகள் வந்துள்ளன. விவேகம் படத்தின் தோல்வியினால் வருத்தத்தில் இருந்த தனது ரசிகர்களை விஸ்வாசம் படத்தின் வெற்றியின் மூலம் சந்தோஷப்படுத்தினார் அஜித். பொங்கலுக்கு வெளியான இப்படம் வசூலை வாரி குவித்ததோடு அனைத்து தரப்பினரும் கொண்டாடும் படமாகவும் அமைந்தது. அவரது அடுத்த படம் யாரோடு இருக்கும் என கோலிவுட்டே எதிர்பார்த்த நிலையில், தீரன் அதிகாரம் ஒன்று படத்தை இயக்கிய ஹெச். வினோத் தான்,அஜித்தின் அடுத்த பட இயக்குனர் என்ற அறிவிப்பு வெளியானது.

அடுத்த படத்தின் அறிவிப்பு வெளியாகி மேலும் மகிழ்ச்சி அளித்துள்ளது. இந்த படத்தையும் போனி கபூரே தயாரிக்க ஹெச்.விநோத் இயக்குகிறார். இந்த படத்திற்கான பூஜை, ஆகஸ்டு 29 -ம் தேதி நடக்கிறது. அஜித் முற்றிலும் மாறுபட்டு தோன்றும் இந்த புதிய படம் அடுத்தாண்டு, ஏப்ரல் 10 -ம் தேதி வெளியிட முடிவு செய்துள்ளதாக விளக்கம் அளித்துள்ளது. இதற்கெல்லாம் மேலாக ஆகஸ்ட் 10-ம் தேதி வெளியாகுமென கூறப்பட்ட நேர்கொண்ட பார்வை தற்போது முன்னதாகவே ஆகஸ்ட் 1-ம் தேதி வெளியாகவுள்ளது. அடுத்தடுத்து வந்துள்ள இந்த 3 அறிவிப்புகளால் அஜித் ரசிகர்கள் மகிழ்ச்சியில் திக்கு முக்காடியுள்ளனர்.

சரி இன்றைய இளைஞர்களுக்குத்தான் கொண்டாட்டம் என்றால் அன்றைய இளைஞர்களுக்கும் கொண்டாட(1972) நடிகர்திலகம்.சிவாஜி வாணிஸ்ரீ நடித்த காதல் ஓவியம் வசந்தமாளிகை புதுப்பொலிவுடன் டிஜிட்டலில் மாற்றியமைக்கப்பட்டு திரைக்கு வருகிறது. மனதில் மகிழ்ச்சிபொங்கினால் எல்லோரும் இளைஞர்களே!

வசந்தமாளிகை





அதுவும் இந்தியில் மாபெரும் வெற்றி பெற்ற பிங்க் படத்தின் ரீமேக்கில், அமிதாப் பச்சன் நடித்த வேடத்தில் அஜித் நடிக்க போகிறார் என்றதும் அவரது ரசிகர்களின் மகிழ்ச்சிக்கு அளவே இல்லை. நடிகை ஸ்ரீதேவியின் கணவர் போனி கபூர் இப்படத்தை தயாரிக்கிறார். இந்த படத்தின் ட்ரெய்லர் சமீபத்தில் வெளியாகி நல்ல வரவேற்பை பெற்றுள்ளது. அஜித்தின் பிறந்த நாளன்று வெளியாகும் என எதிர்பார்க்கப்பட்ட இப்படம், பின்னர் ஆகஸ்ட் 10-ம் தேதி வெளியாகுமென அறிவிக்கப்பட்டது. 4 ஆண்டுகளுக்கு பின் ஒரே ஆண்டில் இரு அஜித் படங்கள் வெளியாகவுள்ளன. கடைசியாக 2015-ம் ஆண்டு என்னை அறிந்தால், வேதாளம் ஆகிய படங்கள் வெளியாகின. வருடத்தின் தொடக்கத்திலேயே விஸ்வாசம் படத்தின் வெற்றியினால் மகிழ்ச்சியாயிருந்த அஜித் ரசிகர்களிக்கு இதே ஆண்டில் அடுத்த படமும் வெளியாகும் என்ற அறிவிப்பு மகிழ்ச்சியை அளித்த நிலையில், அவரது

1972 ஆண்டு இளைஞர்களின் காவியம் வசந்தமாளிகை

இப்படம் கடந்த 1972ம் ஆண்டு நடிகர் திலகம் சிவாஜி கணேசன், வாணிஸ்ரீ, நாகேஷ், பாலாஜி, மேஜர் சுவுந்தரராஜன் போன்ற பிரபலங்கள் நடித்துள்ளனர். டி.ராமநாயுடு தயாரிப்பில் கே.எஸ்.பிரகாஷ் ராவ் இயக்கத்தில் உருவான இப்படத்துக்கு கே.வி.மகாதேவன் இசையமைத்திருந்தார். இந்த படத்திற்கு கவியரசு கண்ணதாசன் பாடல் எழுதியுள்ளது குறிப்பிடத்தக்கது. இந்த படத்தின் பாடல்கள் அனைத்துமே மெகா ஹிட் ஆனது அனைவருக்கும் தெரிந்ததே. அன்றைய காலகட்டத்தில் கலரில் வந்து வெள்ளிவிழா கொண்டாடிய திரைப்படம் தான் வசந்த மாளிகை.தற்போது இந்த படம் மீண்டும் டிஜிட்டல் தொழில்நுட்ப முறையில் வி.சி.குகநாதன் மேற்பார்வையில் புத்தம் புதிய பரிமாணத்தில் தாயாராகி வெளிவருகிறது.

உலகு எங்கும் வலம்வர
தரமான விமானப் பயணத்தற்கு
EurAsian - Tours
Rishi Ganeshamoorthy
Rishi 0174 96 44 965
துரித பண
மாற்றுச் சேவை!
VALUTRANS
MONEY TRANSFER
Tel:02131 73 87 83 Fax: 02131 73 87 84
Further Str. 156
41462 Neuss
info@eurasian-tours.com
Emirates
LITTLE INDIA வின் மற்றுமொரு சேவை...
Tel: 02131 273 692
இந்தியா– இலங்கை– விசா பெற்றுத்தரப்படும்!

Jasmine Silk House
என்றும் மலிவாக தரமாக திருமணப் பட்டுப்புடவைகள் மற்றும்
பாட்டிசாறிகள், சிறுவர்களுக்கான ஆடைகள், பஞ்சாபிகள்,
அனைத்தும் புத்தம், புது டிசைன்களில், எம்மிடம் உண்டு.
நம்மை நாடிவரக் காரணம், அதுவே!
HP:0173 1937 325
Tel:02102 844744
'Jasmin Silk House" Fester Str.50- 40882 Ratingen

ASIA BAZAR
துரித பண மாற்றுச் சேவை!
Ria
Money Transfer
MoneyGram
VALUTRANS
ஆசிய,ஆபிரிக்கஉணவுவகைகள்
வியாழன் சனிக்கிழமை தோறும்
இலங்கை,இந்திய உடன் மரக்கறிவகைகள்
கடல் உணவுப் பொருட்கள்.இன்னும் பல...
உரிமையாளர்:
பா.கணேஷ்
An der Stadt Mauer 2-4
41061 Mönchengladbach
Tel:02161 208303 Fax:02161-309282

Stuttgart நகரில்...
Pirruntha Silks
தரம்மிக்க தங்க நகைகள் நங்கையர் விரும்பும்
நவீன டிசைன்களில் அமைந்த
சேலைகள் மற்றும் இமிற்ரேசன் நகைகள்
அனைத்திற்கும் நீண்டகாலநம்பிக்கை
மிக்க ஸ்தாபனம்
0170 334 4059
பிருந்தாஸ்
Ludwig str.87a - 70197 Stuttgart
Tel: 0711 615 8976

Photography
Cinematography
Album Making
Graphic Designing
Wedding
Events
Live
Birthday
Saree Ceremony
Graphic Design
Printing
AKR Visualizers
PHOTOGRAPHY AND CINEMATOGRAPHY
professional photography cinematography
+49 231 1087 6361
+49 162 803 1647
akrvisualizers
akrvisualizers
akrvisualizer@gmail.com
Rheinische Str. 72
44137 Dortmund

HSB
SARAVANAA BHAVAN®
WORLD'S NO.1 INDIAN VEGETARIAN RESTAURANT CHAIN
069-97 693 374
info@saravanaabhavan.de
Kaiserstraße 66, 60329 Frankfurt am Main
சரவணபவன்
SARAVANAA BHAVAN
India
Singapore
Malaysia
Thailand
Hong Kong
U.A.E.
K.S.A.
Oman
Qatar
Bahrain
Kuwait
U.K.
France
Germany
Australia
South Africa
Canada
U.S.A.

Dortmund மாநகரில்
StaR Impex :
Inh :K.Sivasubramaniam
Franziusstrasse 150 (Tor 3)
DE:44147 Dortmund
Tel:0231 860 2696
Fax:0231 860 2698
தாயக மரக்கறிகள்
பழவகைகள் மற்றும்
உணவுப் பொருட்களை
மொத்தமாக
பெற்றுக்கொள்ள
நாடுங்கள்
Öffnungszeiten:
Mo-Fr: 10.30-19.30
Sa: 09.30-18.00
Star - Impex
Asiatische & Afrikanische
Lebensmittel Grosshandel
Lebensmittel Grosshandel e.K.
Franziusstrasse 150 (TOR 3) DE - 44147 Dortmund
Tel : 0231/8602696 Fax : 0231/8602698
E-mail : info@star-impex.de Web : www.star-impex.de
Aachi
Nestle
Shan
Lipton