

Rs. 100/-

அரும்பு

இதழ் - 43

ARUMBU

Educational Magazine No. 43



பொது அறிவுச் சஞ்சிகை



புதிர்களும் விடுகடைகளும்

- சில மாதங்கள் 30 நாட்களைக் கொண்டுள்ளன. இன்னுஞ் சில மாதங்கள் 31 நாட்களைக் கொண்டுள்ளன. 28 நாட்கள் உள்ள மாதங்கள் எத்தனை?
- ஒரு வீட்டினுள் ஜந்து சகோதரிகள் மாத்திரமே இருக்கின்றனர். அவர்களுள் முத்தவன் தையல் வேலையில் ஈடுபட்டிருக்கிறார்கள். அடுத்தவள் செஸ் (Chess) விளையாடிக்கொண்டிருக்கிறார்கள். இன்னொருத்தி நாவல் வாசித்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள். ஒரு சகோதரி வீணையை இசைத்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள். மற்ற சகோதரி என்ன செய்து கொண்டிருப்பார்கள்?
- கிழக்கு மாகாணத்தில் வாழ்கிற ஒருவரை மேல் மாகாணத்தில் அடக்கம் செய்வதற்கு எமது நாட்டுச் சட்டம் இடம் கொடுக்குமா?
- இவ்வுலகில் எங்கும் எப்போதும் நேற்றுக்குப் பின்னர்தான் இன்று வரும் எனினும் நேற்றுக்கு முன்னரே இன்று வருகிற இடமொன்று இருக்கத்தான் செய்கிறது. அது எது?
- கர்ப்பினியாக உள்ள பெண்ணொருத்தி தனது முந்திய பிள்ளைகளுக்கு முறையே ஸரோஜா, ரிஷ்மா, கனிஷ்கா, மனீஷா, பங்கஜா, தனுஷ்கா என்ற பெயர்களை வைத்திருந்தாள். அடுத்துப் பிறக்கப் போகும் பிள்ளையும் பெண்ணாக இருந்தால் அதற்கு அவள் வைக்கக்கூடிய பெயர் பின்வருவனாவற்றுள் எதுவாக இருக்கலாம்?
- (1) நர்மதா (2) நிர்மலா (3) சங்கீதா (4) அனுஷ்கா
- என்னுடைய தலையும் காலும் ஒரே தோற்றுமுடையவை. என்னுடைய இடையோ இளம் பெண்களுடையதைப் போன்று மிக மெல்லியது. என்னை நீங்கள் தலைக்கிழாக வைத்தாலும் நான் நானாகத்தான் இருப்பேன். ஆனால் என் தலையை வெட்டி நீக்கிவிட்டாலோ நான் எந்தப் பெறுமதியும் இல்லாதவனாக ஆகிவிடுவேன். நான் யார் என்று கூற முடியுமா?
- என்னிடம் ஒரு கூட்டையில் அவிக்கப்பட்ட சில முட்டைகள் இருந்தன. அவற்றில் அரைப் பங்கோடு ஒரு பாதி முட்டையையும் சேர்த்து என் அக்காவுக்குக் கொடுத்தேன். என் தங்கை வந்து கேட்டபோது கூட்டையில் மீதியாக இருந்த முட்டைகளில் அரைப் பங்கையும் இன்னொரு பாதி முட்டையையும் அவளுக்குக் கொடுத்தேன். மீதியாக இருந்ததில் அரைப் பங்கோடு ஒரு பாதி முட்டையையும் சேர்த்து என் தமிழி எடுத்துக் கொண்ட பின்னர் கூட்டையில் ஒரு முட்டையேனும் மீதியாக இருக்கவில்லை. நான் ஒரு முட்டையைக்கூட இரண்டாக வெட்டவில்லையாயின் ஆரம்பத்தில் கூட்டையில் இருந்த முட்டைகள் எத்தனை?
- ஒருவன் தனது விதவையின் தங்கையை மறுமணம் செய்வதற்கு எமது நாட்டில் அனுமதி உண்டா?
- ஐஸ்கீர்ம் சாப்பிட்ட பின் எஞ்சும் ஐஸ்கீர்ம் குச்சிகள் இரண்டைச் சமர்ப்பித்து அதே வகையான ஐஸ்கீர்ம் ஒன்றினைப் பெற்றுக்கொள்ளலாம் என ஒரு கம்பனி அறிவித்தது. ஒரு சிறுவனிடம் 20 ஐஸ்கீர்ம் குச்சிகள் இருந்தால் அவற்றைக் கொண்டு மொத்தமாக அவன் எத்தனை ஐஸ்கீர்ம்களைப் பெற்றுக்கொள்ள முடியும்?
- எனது நன்பனின் தற்போதைய வயதைக் குறிக்கும் எண்ணின் இலக்கங்களை இடமாற்றி எழுதினால் கிடைக்கும் எண், இன்னொரு வருடத்தின் பின்னர் அவனுடைய வயதின் இரு மடங்கைக் காட்டும். தற்போது எனது நன்பனின் வயது யாது? (விடைகள் பின் அட்டையின் உட்பக்கத்தில்)

அரும்பு

பொது அறிவுச் சஞ்சிகை
இதழ் : 43

ஆசிரியர் :
ஹாபிஸ் இஸ்ஸதீன்

ARUMBU
Educational Magazine (Tamil)
Issue No: 43

Editor & Publisher :
Hafiz Issadeen

70, Main Street, Dharga Town-12090
Sri Lanka.

Ph: 034-227 0151

e-Mail: arumbumagazine@gmail.com

உள்ளே

மாமியாரைக் கொல்லவது எப்படி? .	2
இலங்கையின் காணப்படும் கிளி இனங்கள்	3
By pass சத்திர சிகிச்சை	6
தேசிய தீத்தின் வரலாற்றுப் பின்னணி	9
வைத்தியர் உபயோகிக்கும் குறியீடுகள்	13
சோயாலிலாந்து	14
மனவலிலை உள்ளவர்கள் செய்யாதவை	17
ஒரு தந்தையின் கடிதம்	20
நேபாளத்தில் சில நாட்கள்	23
நாம் கற்றுக் கொள்வது எப்படி?	26
கம்பியூட்டர் ஆண்பாலா பெண்பாலா?	29
LEDவிளக்குகள் கண்களைப் பாதிக்குமா? 30	
கண்களைப் பாதுகாத்துக் கொள்ள	33
பயனுள்ள சில குறிப்புக்கள்	34
சேது சுமுத்திரக் கால்வாய்த் திட்டம்	36
மூளைத் தாக்கை அறிந்துகொள்வது . .	38
ஈபே -ebay	40
ழுமியைப் போன்ற இன்னொரு கோள்	44
புரஸ்ட்டேட் புற்று நோய்	46
Mug பிரின்டிங் - ஓர் எனிய முறை	50
முஜிட்டல் கமரா வகைகள்	52
போன் கமராவினால் தரமான போட்டோ	55



உங்களுடன் ஒரு நிமிடம்..

அன்புள்ள வாசகர்களே!

சமர் எட்டு வருட இடைவெளி யின் இன்னர் அரும்பு-43 இதழை வெளியிட்டுள்ளோம்.

எமக்கு ஏற்பட்ட பல்வேறு பிரச் சினைகள் காரணமாக இதனை இடை நிறுத்தி வைக்க நேர்ந்தது. எனினும் கடந்த காலத்தில் எமது அபிமானிகள் எழுதன் தொடர்பு கொண்டு அரும்பை மீண்டும் வெளியிடுமாறு தூண்டிக்கொண்டே இருந்தனர்.

வாசகர்களைதும் அபிமானிகளை எழுத வேண்டு கோளை ஏற்றுக் கொண்டு மீண்டும் அரும்பு வெளியீட்டை ஆரம்பித்துள் னோம். முதலில் குறைந்த எண்ணிக் கைப் பிரதிகளையே அச்சிட்டிருக் கிறோம். இப்பணியை எவ்வளவு காலத்துக்கு தொடர எமக்கு வாய்ப்புக் கிடைக்குமோ தெரியாது.

இப்போது அரும்பு கூடுதலான பக் கங்களுடன் தரமான தாளில் அச்சடிக் கப்பட்டு வெளிவருகிறது. இதன் விலையையும் 100 ரூபாவாக அதிகரித்துள்ளோம்.

வாசகர்கள் அரும்பை மீண்டும் வரவேற்று ஆதரவு நல்குவார்கள் என எதிர்பார்க்கிறோம்.

எமது பணியை எல்லாம் வல்ல இறைவன் அங்கீர்ப்பாளாக!

நன்றி.

ஹாபிஸ் இஸ்ஸதீன்
ஆசிரியர்

15. 10. 2016

சிந்தனைக்கு ஒரு சின்னக் கதை

மாமியாரைக் கொல்வது எப்படி?

ஒரு காலத்தில் சீனாவின் கிராமமொன்றில் அழகிய இளம் பெண்ணொருத்தி இருந்தாள். நல்ல குணசாலியான அவளை இன்னொரு கிராமத்தைச் சேர்ந்த வாலிபனுக்குத் திருமணம் செய்து வைத்தார் அவளது தந்தை.

திருமணத்தின் பின்னர் அவள் கணவன் வீட்டில் வாழுச் சென்றாள். அங்கு அவர்களோடு கணவனின் தாயும் இருந்தாள். மருமகள் எல்லாவற்றிலும் குறை பிடிக்கலாணாள். ஒய்வு ஒழிவின்றி அவளுக்கு வேலைகளை ஏவிக்கொண்டே இருந்தாள். அவளது கணவனோ தனது தாய்க்கு எதிராக எதுவும் பேசாமல் ‘பொறுமையாய் இரு!’ என இவளுக்குத்தான் உபதேசம் செய்தான்.

கணவன் தொழிலுக்காக வெளியூர் சென்றதும் நிலைமை மேலும் மோசமாகியது. இதற்கு மேல் பொறுக்க முடியாது என்று உணர்ந்த அந்தப் பெண் தன் மாமியாரை ரகசியமாகக் கொன்று விட வழி தேடினாள். ஒரு நாள் தனது தந்தையின் நண்பரான ஒரு வைத்தியனார் தேடிச் சென்று தனது பரிதாப நிலையைக் கூறி மாமியாரைக் கொல்வதற்கு விஷம் தயாரித்துத் தருமாறு கேட்டாள். அவரும் யோசித்துவிட்டு ‘சரி, செய்து தருகிறேன். இரண்டு நாட்கள் கழித்து வா!’ என்றார்.

மூன்றாம் நாள் அவள் வைத்தியரிடம் மீண்டும் சென்றாள். அவர் ஒரு வகைப் பொடியைப் பொட்டலமாகக் கட்டி அவளிடம் கொடுத்துவிட்டு ‘இது பொல்லாத விஷம். முழுவதையும் ஓரேயெழுாக உணவில் கலந்து கொடுத்து விடாதே. மாமியார் திடீரென இறந்தால் நீ மாட்டிக் கொள்வாய். எனவே இதனை இரண்டு மாதங்களுக்குத் தினமும் சிறிது சிறிதாக உணவில் கலந்து கொடு. மாமியாருக்கும் அயலவர்களுக்கும் சந்தேகம் ஏற்படாமல் இருப்பதற்காக நீ மாமியாருடன் மிக இரக்கமாகவும் பணிவாகவும் நடந்து கொள். விஷம் கலந்த உணவை அவள் விரும்பி உண்ணச் செய்வதற்காக அவளுக்கு விருப்பமான உணவுகளை ருசிப்பத் தயாரித்து அதில் பொடியைக் கலந்து கொடு. இரண்டு மாதங்களில் பலன் கிட்டும்’ என அறிவுறுத்தினார்.

அப்பெண்ணும் வீட்டுக்குச் சென்று வைத்தியர் அறிவுறுத்தியது போலவே மாமியார் மீது அதிக இரக்கமும் பணிவும் காட்டினாள். விதவிதமான ரூசிமிக்க உணவுகளைத் தயாரித்து அதில் பொடியைக் கலந்து கொடுத்தாள். மருமளின் உள்ளோக்கம் அறியாத மாமியார் மருமகளின் புது மாற்றத்தைக் கண்டு நெகிழிந்து போனாள். அவளும் தனது கடுமையான போக்கைக் கைவிட்டு மருமகளோடு கருணையோடும் பாசத்தோடும் பழக ஆரம்பித்தாள். மருமகளுக்கும் மாமியார் மீது அலாதியான பிரியம் வளர்த் தொடங்கியது. ‘ஐயோ, விஷம் கொடுக்கிறேனோ. மாமியார் செத்திடுவாரோ’ என்ற கவலை அவளை வாட்டத் தொடங்கியது.

மனம் பொறுக்க முடியாமல் அந்த வைத்தியரிடம் மீண்டும் ஓடினாள். ‘ஐயா, அந்த விஷத்தினால் என் மாமியார் சாகாமல் இருக்க எதாவது எதிர் மருந்து தாருங்கள்’ என அழுது மன்றாடினாள்.

‘பெண்ணே! நீ வந்து இப்படிக் கூறுவாய் என நான் எதிர்பார்த்தேன். நான் தந்தது வெறும் சுக்குப் பொடிதான். உன் மாமியாருக்கு ஒன்றும் நடக்காது. நீ போய் அவருடன் சந்தோஷமாக வாய்’ என்று கனிவோடு கூறி அவளை வழியனுப்பினார் அவர்.



இலங்கையில் ஜந்து பிரதான பச்சைக் கிளி இனங்கள் காணப்படுகின்றன. இவற்றில் இரண்டு இனங்கள் இலங்கைக்கே உரிய (endemic) இனங்களாகும். ஏனைய மூன்று இனங்களும் பிற நாடுகள் பலவற்றிலும் காணப்படுகின்றன. கிளிகள் Psittacidae என்ற பறவைக் குடும்பத்தைச் சேர்ந்தவை

1.) பச்சைக் கிளி

நாம் பொதுவாகப் பச்சைக் கிளி என அழைக்கும் இனம் ஆங்கிலத்தில் Rose-necked parakeet அல்லது Ring-necked parakeet என அழைக்கப்படுகிறது. சிங்களத்தில் இதனை ரீத சிரவு என்பார்கள். இதன் விலங்கியற் பெயர் Psittacula Kramerii என்பதாகும். (அவுஸ்திரிய நாட்டைச் சேர்ந்த இயற்கை ஆய்வாளரான Wilhelm Heinrich Kramer என்பரின் நினைவாகவே Kramerii என்ற பெயர் இடப்பட்டுள்ளது)

இலங்கையில் தாழ்நிலப் பிரதேசங்களிலும் மலையடிவாரங்களிலும் பரவலாகக் காணப்படும் பச்சைக் கிளிகள் சராசரியாக 40cm (16 அங்குலம்) நீள முடையவை. இந்தோத்தில் பெரும் பகுதிக்கு வால் இறகுகளே காரணம். இவற்றின் தனி இறக்கையொன்றின் நீளம் 15-17 cm இருக்கும்.

பச்சைக் கிளிகளில் ஆணும் பெண் ஞாம் புறத்தோற்றத்தில் வித்தியாசமானவை. வளர்ந்த ஆண் பறவையின் கழுத்தைச் சுற்றி செந்திற வளையம் ஒன்று காணப்படுகிறது. இளம் பறவை அரும்பு - 43

கரும் வளர்ந்த பெண் பறவைகளும் பெரும்பாலும் கழுத்து வளையத்தைக் கொண்டிருப்பதில்லை. சிலவேளைகளில் இவற்றின் கழுத்தில் நிழல் போன்ற இளஞ்சாம்பல் நிற வளையம் காணப்படுவதுண்டு. செந்திறக் கழுத்து வளையம் முதிர்ந்த ஆண் கிளிகளில் மாத்திரமே இருக்கும்.

சுதந்திரமாய் வாழும் பச்சைக் கிளி கள் மொட்டுக்கள், பழங்கள், மரக்கறி கள், வித்துக்கள் முதலியவற்றையே உணவாகக் கொள்கின்றன. பச்சைக் கிளிக் கூட்டங்கள் உணவு தேடி நெடுந் தூரம் பறந்து சென்று நெல்வயல்கள், பழத்தோட்டங்கள் முதலியவற்றில் பாரதூரமான சேத்ததை ஏற்படுத்துவதுண்டு.

பச்சைக் கிளிகளைச் செல்லப் பிராணிகளாக வளர்க்கும் வழக்கம் ஆதி காலம் தொட்டே இருந்து வருகிறது. புராதன கிரேக்கர்களும் ரோமர்களும் முறையே இந்திய, ஆபிரிக்க உப இனங்களைத் தம் இல்லங்களில் வளர்த்துவந்தனர்.

2.) பெரிய பச்சைக் கிளி

இலங்கையிலுள்ள பச்சைக் கிளி களுள் பெரிய இனம் இதுவே. Alexandrine Parakeet என ஆங்கிலத்தில் அழைக்கப்படும் இதன் சிங்களப் பெயர் ஒரு சிரவு என்பதாகும். இதன் விலங்கியற் பெயர் Psittacula eupatria.

கிரேக்க சக்கரவர்த்தி மகா அலெக்ஸாண்டர் இவ்வகைக் கிளிகளை

இந்தியாவின் பஞ்சாப் பிரதேசத்து விருந்து பல ஜோப்பிய நாடுகளுக்கும் மத்திய தரைக் கடற் பிரதேசங்களுக்கும் அனுப்பி வந்ததாகக் கூறப்படுகிறது அவரது நினைக்கவே இதற்கு Alexandrine Parakeet என்ற பெயர் வழங்கப்பட்டுள்ளது.

இதன் சராசரி நீளம் 52 cm. தனி இறக்கையின் நீளம் 18 முதல் 21 cm வரை இருக்கும். பச்சை நிறத்தைப் பிரதானமாகக் கொண்ட இக்கிளிகளில் குறிப்பாக ஆண் கிளிகளில்- கண்ணப் பகுதிகளும் பிடரியும் நீலம் கலந்த சாம்பல் நிற மினுமினுப்பைக் கொண்டிருக்கும். இவற்றின் வயிற்றுப்புறம் மஞ்சட் பச்சையாகவும் நடுவால் இறகின் மேற்பகுதி நீலப் பச்சையாகவும் இருக்கும்.

எல்லாப் பெரிய பச்சைக் கிளிகளிலும் பொதுவாகக் காணப்படும் சிறப்பியல்பு அவற்றின் சிறகுகளின் மேற் பகுதியில் (தோள் பகுதியில்) செங்கபில அல்லது maroon நிறமான அகலப் பொட்டு (patch) காணப்படுவதாகும். இவ்வினக் கிளிகளைப் பிரித்தறிய உதவும் அடையாளங்களுள் இது மிக முக்கியமானது.

பெரிய பச்சைக் கிளியின் மேல், கீழ் அலகுகள் சிவப்பாகவும் அவற்றின் முனை மஞ்சள் நிறமாகவும் காணப்படும். இவற்றின் கால்கள் சாம்பல் நிறமானவை. இதன் கீச்சுச் சுப்தம் சாதாரண பச்சைக் கிளியின் ஒலியை விட ஆழமானதாக இருக்கும்.

இக்கிளிகளின் வாழ்க்கை வட்டத்தில் இருவகைத் தோற்றங்கள் (இளம் பருவ மற்றும் முதிர் பருவ) காணப்படும். இளம் பருவத்தில் ஆண் கிளிகளும் பெண் கிளிகளும் ஒரே வித

மான தோற்றத்திலேயே தென்படுகின்றன. இத்தோற்றம் முதிர்ந்த பெண்கிளிகளின் தோற்றத்தை ஒத்ததாக-ஆணால் சிறிது மங்கலாக- இருக்கும். முதிர்ந்த ஆண் கிளிகள் கடுங் கறுப்பு நிறமான கழுத்து வளையத்தையும், பிடரியில் பெரிய மென்சிவப்புப் பட்டைகளையும் கொண்டிருக்கும். சில வேளைகளில் முதிர்ந்த ஆண் கிளிகளின் மென்சிவப்புப் பிடரிப் பட்டைகளுக்கு மேலாக நரை-நீல நிறப் பட்டையொன்றும் காணப்படலாம்.

முதிர்ந்த பெண் கிளிகளில் நரை நிறமான கழுத்து வளையம் நிழல் போல் தெரியும். கடுங் கறுப்பு நிறமான இறகுகள் கழுத்தில் காணப்படவே மாட்டா. பொதுவாக பெரிய பச்சைக் கிளிகளில் 36 மாதங்களாவது சென்ற பிறகே ஆண் - பெண் வேறுபாடு தெளிவாகத் தெரியும். பெரிய பச்சைக் கிளிகள் பறவை வளர்ப்போரினால் விரும்பி வளர்க்கப்படுகின்றன. சூழல் வெப்பநிலை மாற்றங்களைத் தாங்கும் வலிமையும் பல்வேறு வகை உணவுகளை உட்கொள்ளக்கூடிய இயல்பும் அவற்றுக்கு இருப்பதே இதற்குக் காரணம். எனினும், 5°C வீட்கு குறைந்த வெப்பநிலையை இவற்றினால் தாங்கிக்கொள்ள முடிவதில்லை.

இவை கறுக்கறுப்பானவை, துணிகரமானவை. நீரில் குளிக்கவும் விளையாடவும் விருப்பமானவை. அவற்றின் அலகுகள் மிக வலிமையானவை. எனவே, மரத்தினாலும் பிளாஸ்டிக்கினாலும் செய்யப்பட்ட விளையாட்டுப் பொருட்களை மென்று நாசமாக்க வதில் அதிக உற்சாகம் காட்டுகின்றன.

இவ்வகைக் கிளிகள் வித்துக்கள், பழங்கள், மலர்கள், அழுதம் முதலி

யவற்றை உணவாகக் கொள்கின்றன. சில கிளிகள் பூச்சிகளை வேட்டை யாடி உண்பதும் அரிதாக அவதானிக் கப்பட்டுள்ளது. இந்த வகையில் பூச்சிகளை உண்ணும் ஒரேயொரு கிளி இனம் இதுவே. நெல், சோளம் போன்ற தானியப் பயிர்களுக்கு இவை பெருமளவு சேதம் விளைவிக்கின்றன.

இவற்றின் இனப்பெருக்கக் காலம் நவம்பர் முதல் ஏப்ரல் வரையிலாகும். இவற்றின் முட்டை சரியாக 34×27 mm பருமன் கொண்டவை. ஒரு தடவையில் 2 முதல் 4 முட்டைகள் அடை காக் கப்படுகின்றன. அடைகாக்கும் காலம் 28 நாட்கள். ஏழு வாரங்களில் குஞ்சுகளுக்குச் சிறுகுமளைத்துவிடும். சுமார் 12-16 வாரங்களுக்குள் அவை சுயாதீன மாகப் பறந்து திரிந்து உணவு தேடும் ஆற்றலைப் பெற்று விடுகின்றன.

இது இலங்கையில் தாழ் நில உலர் வலயக் காடுகளிலும் பயிர்ச் செய்கை களுக்கு அண்மையிலும் பரவலாகக் காணப்படுகின்றது. சர வலயத்தில் அப்படிக் காணப்படுவதில்லை.

3.) இலங்கை நாட்டுக் கிளி

சிங்களத்தில் எல் ரிலை என அழைக்கப்படும் இவ்வினத்தின் பொதுப் பெயர் sri Lanka Emarald-collared Parakeet என்பதாகும். இது Layard's parakeet எனவும் அழைக்கப் படுகிறது. இதன் விலங்கியற் பெயர் *Psittacula calthropae*. பிரிடிஷ் இயற்கை ஆய் வாளர் Edgar L.Layard என்பவரதும் அவரது முதல் மனைவி Barbara A.

அட்டைப் படத்தில்

மேலே இருப்பது பெரிய பச்சைக் கிளி (Alexandrine Parakeet)

சிமே இடப்பக்கத்தில் உள்ளது இலங்கை நாட்டுக் கிளி (Layard's parakeet) வலப்பக்கத்தில்: பச்சைக் கிளி (Rose-ringed Parakeet)

Calthrop என்பவரதும் நினைவாக இப்பெயர்கள் குட்டப்பட்டுள்ளன.

இலங்கைக்கே உரிய வதிவிட இன மாகக் கருதப்படும் இக்கிளி இனம் மலை நாட்டுக் காடுகளிலும் ஈரப்பதன் அதிகமாக உள்ள தாழ்நிலக் காடுகளி லும் அவற்றைச் சூழவுள்ள தோட்டங் களிலும் காணப்படுகின்றன. இக்கிளி களும் பச்சைக்கிளி வகையிலேயே அடங்குகின்றன. எனினும், அவற்றின் தலைப் பகுதியும் முதுகுப் பகுதியும் நீலம் கலந்த சாம்பல் நிறமாகக் காணப் படும். இவ்விரு பகுதிகளுக்கும் இடையில் கழுத்துப்பட்டை பச்சை நிறமாக இருக்கும். கன்னங்களில் அகலமான கறுப்புநிற வரியொன்று உண்டு. இவற்றில் வால் நீல நிறமாகவும் வாலின் நுனி மஞ்சளாகவும் காணப்படும்.

ஆண் கிளிகளில் மேல் அலகு சிவப் பாகவும் கீழ் அலகு கபில நிறமாகவும் இருக்கும். பெண் கிளிகள் பெரும் பாலும் ஆண் பறவைகளை ஒத்திருந்த போதிலும் அவற்றின் அலகுகள் கறுப்பாக இருப்பதோடு முகத்தின் பச்சை நிறம் ஒப்பீட்டளவில் மங்கலாக இருக்கும். இளம் பறவைகள் பச்சை நிறமாகத் தோற்றமளிக்கும். அவற்றின் அலகுகள் செம்மஞ்சளாக இருக்கும்.

இவை பழங்கள், வித்துக்கள், பூமொட்டுக்கள், பூக்கள் போன்றவற்றை உணவாகக் கொள்ளும். பெரிய மரங்களில் காணப்படும் பொந்துகளில் கூடுகட்டி வாழும் இவை, 3-4 முட்டைகளை இட்டு அடை காக்கின்றன. ●



Bypass சத்திரசிகிச்சை

இதயக்கோளாறு காரணமாக Bypass சத்திரசிகிச்சைக்கு உட்படுவோ ரின் தொகை அதிகரித்த வண்ணமே இருக்கிறது. தனியார் மருத்துவமனை களும் வைத்தியர்களும் அதிக வருமானம் பெறும் செயல்முறையொன்றாகவும் இது விளங்குகிறது. அதே வேளை உலகில் மேற்கொள்ளப்படும் Bypass சத்திர சிகிச்சைகளில் 80% ஆனவை அநாவசியமானவை எனவும் பல நிபுணர்கள் அபிப்பிராய்ப்படுகின்றனர். எனவே, இந்த சத்திர சிகிச்சையைப் பற்றி நாம் நல்ல விளக்கமொன்றைப் பெற்றுக் கொள்வது நல்லதல்லவா?

இச்செயன்முறை Coronary Artery Bypass Surgery (முடியுரு நாடிக்குரிய மாற்றுவழிச் சத்திரசிகிச்சை) அல்லது Coronary Artery Bypass Grafting - CABG (முடியுரு நாடிக்குரிய மாற்றுப் பாதை ஒட்டுதல்) என அழைக்கப்படுகிறது. Bypass என்றால் (ஓரு தடையைத் தாண்டிச் செல்வதற்கான) மாற்றுப் பாதை அல்லது பக்க வழி எனப் பொருள்படும்.

இதயத் தசைகளுக்குக் குருதியை வழங்கும் முடியுரு நாடி பல கிளைகளாகப் பிரிந்து குருதியை வினியோகிக்கிறது. இக்கிளைகளுள் LMCA (Left Main Coronary Artery), LAD (Left Anterior Descending Coronary Artery), RCA (Right Coronary Artery), LCX (Left Circumflex Artery) என்பன பிரதானமானவை.

முடியுரு நாடியின் உட்புறத்தில் கொலஸ்ட்ரோல் சார்ந்த Plaque என-

னும் படைகள் படிவறுவதனால் குருதியோட்டத்துக்குத் தடை ஏற்படுகிறது. இதனால் இதயத் தசைகளுக்குப் போதியளவு ஒக்சிஜனும் போசனையும் கிடைக்காமல் போய் Angina என னும் இதய வலி ஏற்படும். இந்திலை முடியுரு நாடிக் கோளாறு (Coronary Artery Disease - CAD) எனப்படுகிறது.

முடியுரு நாடியின் பல்வேறு கிளைகளுக்குள்ளும் இவ்வாறு அடைப்பு ஏற்பட்டு இதையத்தசைகளுக்குரிய குருதி வினியோகம் தடைப்பட்டால் மாரடைப்பு ஏற்பட்டு மரணம் நிகழ லாம். எனவே, அடைப்பு ஏற்பட்டுள்ள நாடிகளில் குருதியோட்டத்தைச் சீர் செய்வதற்காக மாற்றுப் பாதைகளை ஏற்படுத்திக் கொடுப்பதே Bypass சத்திர சிகிச்சையின் நோக்கமாகும். இதற்காக நோயாளியின் உடலின் வேறு பகுதிகளிலிருந்து வெட்டி யெடுக்கப்படும் நாடி அல்லது நாளத் துண்டங்கள் பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

முடியுரு நாடிக் கிளைகளில் ஓன்றிலோ பலவற்றிலோ ஏற்பட்டுள்ள அடைப்புக்கள் பாரதாரமானவையாக இருந்தால் மாத்திரமே இச்சத்திர சிகிச்சை தேவைப்படும். Angiogram என னும் விசேட படப்பிடிப்பு முறையின் மூலம் அடைப்புக்களின் தன்மையை வைத்தியர்கள் மதிப்பீடு செய்வார்கள். இம்மதிப்பீட்டின் அடிப்படையிலே யேசத்திரசிகிச்சை தேவையா இல்லை யா என்பது தீர்மானிக்கப்படும். இவ்வாறு தீர்மானம் மேற்கொள்ளும் போது நோயாளியின் வயது, உடல் அரும்பு-43

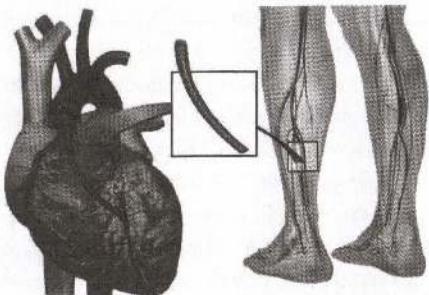
நிலை போன்ற காரணிகளும் கருத்திற் கொள்ளப்பட வேண்டும்.

முடியுரு நாடிக் கோளாறு (CAD) மோசமான நிலையை அடைந்திரா விடில் மருந்துகளின் மூலமும் (உயர் குருதியமுக்கத்தைக் கட்டுப்படுத்தல், நீரிழிவு நோயாளிகளில் குருதி குளக் கோஸ் மட்டத்தைக் கட்டுப்படுத்தல் போன்றவற்றின் மூலமும்) நிலைமையைக் கட்டுப்பாட்டில் வைத்திருக்க முடியும். Stent என்னும் உலோகவளையமொன்றைச் செலுத்தி அடைப்பு ஏற்பட்ட இடத்தை விரிவடையச் செய்வதும் இந்த வகையில் உதவும்.

எனினும், பிரதான இடது முடியுரு நாடி (LMCA) நோயுற்றிருந்தால் அல்லது LAD, LCX, RCA ஆகிய மூன்று கிளைகளிலும் பாரிய அடைப்புக் காணப்படின் bypass சத்திர சிகிச்சை தேவைப்படும்.

புகைத்தலைக் கைவிடுதல், உயர் குருதியமுக்கத்தைக் கட்டுப்படுத்த மருந்துகளைப் பயன்படுத்தல், கொல் ஸ்ட்ரோல் மட்டத்தைத் தாழ்வாக வைத்திருத்தல், உடற்பயிற்சியில் ஈடுபடுதல் என்பனவே மாரடைப்பைத் தவிர்ப்பதற்கான நிரந்தரமான, வெற்றி கரமான வழி என்பதை நாம் மறக்கக் கூடாது.

பொதுவாக இதயத்தின் துடிப்பை நிறுத்திய பின்னரே இச்சத்திரசிகிச்சை மேற்கொள்ளப்படுகிறது. இந் நிலையில் குருதிச் சுற்றோட்டம், சுவாசம் என்பன பொறிமுறைச் சாதனங்களினாடாகவே இடம்பெறும். இதயத் துடிப்பை நிறுத்தாமலே அதன் இயக்கத்தைக் கட்டுப்படுத்தி வைத்துக் கொண்டு சத்திரசிகிச்சை செய்யும் (off - pump) முறையும் இப்போது கைக் கொள்ளப்படுகின்றது. நெஞ்சறையை



வெட்டித் திறக்காமலே 5 - 10cm அளவள்ள வெட்டுத் துளைகளினாடாகக் கருவிகளைச் செலுத்தி bypass சத்திர சிகிச்சை செய்யும் நவீன முறை இப்போது அபிவிருத்தியடைந்த நாடுகளில் கைக்கொள்ளப்படுகின்றது.

Bypass செயன்முறையின் போது பாதிக்கப்பட்டுள்ள முடியுரு நாடிக் கிளையில் அடைப்பு ஏற்பட்டுள்ள பகுதிக்கு அப்பால் குருதியை வழங்குவதற்காக, அப்பகுதிக்கும் பெருநாடிக்கும் இடையில் குழாய் இணைப் பொன்று ஏற்படுத்தப்படுகிறது. இந்த மாற்றுப் பாதையினாடாகப் பெருநாடியிலிருந்து குருதி வந்து சேரும். உடலின் வேறு பகுதிகளிலிருந்து வெட்டி எடுக்கப்படும் நாடி அல்லது நாளத் துண்டமொன்றின் ஒரு முனை முடியுரு நாடிக் கிளையடினும் மறு முனை பெருநாடியுடனும் பொருத்தி வைத்துத் தைக்கப்படுவதன் மூலம் இம்மாற்றுப்பாதை உருவாக்கப்படுகிறது.

இவ்வாறு மாற்றுப்பாதை அமைப்பதற்கான குழாய்கள் நெஞ்சறைக் குரிய வலது உட்புற நாடியிலிருந்து அல்லது முன்னங்கையிலுள்ள ஆரை நாடியிலிருந்து அல்லது கால்களிலுள்ள பிரதான நாளங்களிலிருந்து அறுவடை செய்யப்படும். இதற்காக நாளத்துண்டமொன்று பயன்படுத்தப்

பாட்டால் அதனுள்ளே இருக்கும் வால் வுகள் நீக்கப்படுவது வழக்கம். நாடிகள் வலிமையான சுவர்களைக் கொண்டிருப்பதனால் நாடிப் பொருத்துக்கள் கூடிய காலம் நிலைத்திருக்கக் கூடும்.

பொதுவாக, மார்புப்பட்டை எலும்பை நடுப்பகுதியில் வெட்டி நெஞ்சறையைத் திறந்து வைத்துக் கொண்டே bypass சத்திரசிகிச்சை மேற்கொள்ளப்படுகிறது. இச்சத்திரசிகிச்சையின் பொதுச் செயன்முறையோழுங்கு பின்வருமாறு:

நோயாளியை உணர்வு நீக்கம் செய்தல். இது தொடர்ந்து பேணப்படும்.

வாதனாளியினாடாக பொறிமுறைச் சுவாசம் வழங்க ஆரம்பித்தல்.

நெஞ்சறை வெட்டித் திறக்கப்பட்டு இதயம் பரிசோதிக்கப்படுதல்.

பொருத்துவதற்கான குழாய்த் துண்டங்களை அறுவடை செய்தல். இந்நிலையில் குருதியுறைவதைத் தடுப்பதற்காக ‘ஹெப்பாரின்’ வழங்கப்படும்.

குருதிச் சுற்றோட்டத்தை மேற்கொள்ளும் பணி பொறிமுறைச் சாதனங்களுக்கு மாற்றப்படுதல்.

குளிராக்கப்பட்ட விசேட பொட்டாசியம் கலவையொன்றைச் செலுத்தி இதயத்துடிப்பு நிறுத்தப்படுதல். இதனால் இதயத் தசைகளின் அனுசேப வீதமும் குறைக்கப்படும்.

தேவையான இடங்களுக்கு குருதி வழங்குவதற்குரிய மாற்றுப் பாதை கள் பொருத்தப்படுதல்.

இதயம் மீண்டும் துடிக்கச்செய்யப்படுதல்.

ஹெப்பாரினின் விளைவுகளை

மறுதலையாக்குவதற்காக Protamine என்னும் பதார்த்தம் வழங்கப்படுதல்.

இதயத்தையும் சுவாசப் பைகளையும் குழச் சேர்ந்திருக்கும் குருதியை வெளியேற்றுவதற்காக வடிகாற் குழங்கள் பொருத்தப்படுதல்.

மார்புப்பட்டை எலும்பு உலோகக் கம்பியினால் இணைத்துக் கட்டப்பட்டு வெட்டித் திறக்கப்பட்ட பகுதி முடித் தைக்கப்படுதல்.

நோயாளி தீவிர சிகிச்சைப் பிரிவக்கு (ICU) மாற்றப்படுதல்.

இவ்வாறு பொருத்தப்படும் மாற்றுப்பாதைகள் எவ்வளவு காலத்துக்கு நீடித்திருக்கும் என்பது பல காரணிகளில் தங்கியிருக்கிறது. பயன்படுத்தப்பட்ட வெட்டுத்துண்ட வகை, சம்பந்தப்பட்ட முடியுரு நாடிக் கிளையின் பருமன், சத்திரசிகிச்சை நிபுணரின் திறமை என்பன இவற்றுள் குறிப்பிடத் தக்கவை. பாரதூரமான பிரச்சினைகள் ஏதும் ஏற்படாத நிலையில் இவை 8 முதல் 15 வருடங்கள் வரை செயற்படலாம். அதன் பின்னர் அவை மாற்று செய்யப்பட வேண்டும்.

Bypass சத்திரசிகிச்சையைத் தொடர்ந்து 8 முதல் 12 வாரங்கள் வரை நோயாளி மிகப் பாதுகாப்பாக இருப்பது அவசியம். இவர்கள் தமது கைகளால் அளவுக்குக்கம் விசை கொடுக்கக்கூடாது. உதாரணமாக, கதிரையிலி ருந்து எழும்பும் போது கைகளைக் குத்தி எழும்பக்கூடாது. அத்தோடு, 2-4 kgக்கு மேற்பட்ட சுமைகளைத் தூக்கக் கூடாது. அதேபோல் தலைக்கு மேல் கைகளை உயர்த்தி எதுவும் செய்யக்கூடாது. ●

உண்மையான காரணம்

ஆட்சியாளர்கள் திருடர்களை ஜெயிலுக்கு அனுப்புவது ஏன் தெரியுமா? தமக்குப் போட்டியாக யாரும் இருந்துவிடக்கூடாது என்பதற்காகத் தான்



எமது தேசிய கீதத்தின் வரலாற்றுப் பின்னணி

பிரிட்டிஷ் ஆட்சிக் காலத்தில் அந்தாட்டுத் தேசிய கீதமான 'God save the King/Queen' என்பதே இலங்கையின் தேசிய கீதமாகவும் விளங்கியது. பிறகாலத்தில் இலங்கை குடியேற்ற நாடு என்ற அந்தஸ்தைப் பெற்ற பொழுதும். 1948இல் முழுமையான சுதந்திரத்தை அடைந்த வேளையிலும் நம் நாட்டுக் கெனப் பிரத்தியேகமான தேசிய கீதம் எதுவும் இருக்கவில்லை.

இந்த நிலையில் எமது நாட்டுக் கான தேசிய பாடவொன்றைத் தேர்ந்தெடுக்கும் பொறுப்பு வங்கா காந்தர்வ சபா என்ற அமைப்பிடம் ஒப்படைக் கப்பட்டது. இதற்காகப் பாடல் போட்டியொன்றை அந்த அமைப்பு ஏற்பாடு செய்தது. பொருத்தமான பாடவொன்றைத் தெரிவி செய்வதற்காக நடுவர் குழுவொன்றும் உருவாக்கப்பட்டது. இந்தப் போட்டியின் முடிவில் 'ஸ்ரீலங்கா மாத்தா/ யஸ பல மஹிமா/ ஜய ஜய' என்று ஆரம்பித்து 'ஜய ஜய ததநகா/ ஸ்ரீ லங்கா மாத்தா' என முடிவடையும் பாடல் புதிய தேசிய கீதமாகத் தெரிவி செய்யப்பட்டது.

எனினும் இத்தெரிவி பரவலான முறைப்பாடுகளையும் எதிர்ப்புக்களையும் ஏற்படுத்தியது. இதற்குக் காரணம் இப்பாடலை இயற்றியவரும் (P.B. இலங்கிசிங்ஹ) அதற்கு இசையமைத்தவரும் (லயனல் எதிரிசிங்ஹ) போட்டி நடுவர் குழு உறுப்பினர்களாக இருந்ததே. எனவே இத்தெரிவு நியாய அரும்பு - 43

மற்றது என மக்கள் கருதலாயினர்.

முதலாவது சுதந்திர தினமன்று காலையில் அப்போதைய இலங்கை வாளோலி (ரேடியோ சிலோன்) இப்பாடலைத் தேசிய கீதமாக ஒலி பரப்பிய போதிலும் மக்களின் எதிர்ப்புக் காரணமாக உத்தியோகபூர்வ சுதந்திர தின வைபவத்தின் போது அது பாடப்படவில்லை. எந்தக் குறையும் கூற முடியாக அளவுக்கு அப்பாடல் தரமானதாக இருந்த போதி லும் அதன் தெரிவில் இடம்பெற்ற முறைகேடு காரணமாக அது மக்களின் அபிமானத்தைப் பெறத் தவறி விட்டது.

அதேவேளையில், ஒவியராகவும் கவிஞராகவும் புகழ்பெற்று விளங்கிய ஆனந்த ஸமரக்கோன் என்பவரால் இயற்றப்பட்ட 'நமோ நமோ மாத்தா' என்ற பாடல் மக்கள் மத்தியில் பிரபல யம் அடைந்து வந்தது. ஆனந்த ஸமரக்கோன் இப்பாடலை 1940 ஒக்டோபர் 20ம் திகதி இயற்றியிருந்தார். தேசிய கீதமாக அமைய வேண்டும் என்ற எதிர்பார்ப்புடன் அவர் இதனை எழுத வில்லை. அக்காலத்தில் தான் ஆசிரியராகப் பணி புரிந்துவந்த காலி, மஹிந்த கல்லூரி மாணவர்களுக்கு ஸமரக்கோன் இப்பாடலை முதன்முதலாகக் கற்பித்தார். அதற்கான இசையையும் அவரே அமைத்திருந்தார்.

இப்பாடல் விரைவில் பிரபல்யம் அடைந்ததோடு 1946ல் இசைத் தட்டி

லும் பதிவு செய்யப்பட்டது. ஆனந்த ஸமரக்கோன் தனது உதவியாளரான ஸ்வர்ணா த சில்வா என்ற பெண் னுடன் இணைந்து பாடி இப்பாட லைப் பதிவு செய்தார். பின்னர் அவர் வெளியிட்ட ‘கீத குழுதினீ’ என்ற பாடல் தொகுப்பிலும் இப்பாடல் இடம் பெற்றது.

இந்நாலுக்குரிய அச்சகச் செலவை ஆனந்த ஸமரக்கோனினால் செலுத்த முடியாது போனதால், அதற்குப் பகரமாக அந்நாலின் பதிப்புரிமையை அந்த அச்சக உரிமையாளருக்கு அவர் வழங்கிவிட்டார். இதன் மூலம் ‘நமோ நமோ மாத்தா’ என்ற பாடலின் உரிமையும் மேற்சொன்ன அச்சக உரிமையாளர் வசமாகியது.

கொழும்பு மியூஸியஸ் கல்லூரி யைச் சேர்ந்த மாணவியர் 50 பேரைக் கொண்ட இசைக் குழுவொன்று பொது வைபவமொன்றில் ‘நமோ நமோ மாத்தா’ பாடலைப் பாடிய பின்னர் அது மக்கள் அபிமானத்துக்குரிய பாடலாக மாறியது. இலங்கை வாளொலியும் அடிக்கடி அதனை ஒலி பரப்பியது. இவ்வாறு உத்தியோகபூர்வ மற்ற முறையில் நாட்டின் தேசிய கீதம் என்ற அந்தஸ்தை அப்பாடல் எட்டிக் கொண்டிருந்தது.

1950ம் ஆண்டில் அப்போதைய நிதி அமைச்சராக இருந்த ஜே. ஆர். ஜய வர்தன் அவர்கள் ‘நமோ நமோ மாத்தா’ இலங்கையின் தேசிய கீதமாக அங்கீகரிக்கப்பட வேண்டும் என்ற பிரேரணையை அமைச்சரவைக்குச் சமர்ப்பித்தார். இவ்விடயம் தொடர் பாக இறுதித் தீர்மானமொன்றை எடுப்பதற்காக பிரதமர் டீ.என். சேனா நாயக்க அவர்கள் பாராளுமன்றத்

தெரிவுக் குழுவொன்றை நியமித்தார். ‘நமோ நமோ மாத்தா’ பாடலோடு இன்னுஞ் சில பாடல்களைப் பரிசீ வித்த அக்குழு ஆனந்த ஸமரக்கோ வின் பாடல் நாட்டின் தேசிய கீதமாக ஏற்றுக் கொள்ளப்பட வேண்டும் எனத் தீர்மானித்தது. எனினும் அப் பாடல் இலங்கை சுதந்திரமடைய முன் னர் இயற்றப்பட்ட ஒன்றாக இருந்ததால் பாடல் வரிகளில் சில மாற்றங்கள் செய்யப்பட வேண்டும் எனவும் குழு சிபாரிசு செய்தது.

இதன்படி பாடலின் பத்தாவது அடியான ‘நவ ஜீவன தெமினே’ என்பது ‘நவ ஜீவன தெமினே அப நிதின் புது கரன் மாத்தா’ என மாற்றியமைக்கப்பட்டது. இம்மாற்றம் ஆனந்த ஸமரக்கோனின் இணக்கத் துடனேயே மேற்கொள்ளப்பட்டது.

1951இல் அப்போதைய உள்நாட்டலுவல்கள் அமைச்சராக இருந்த ஸர். எட்வின் விஜேரத்ன ‘நமோ நமோ மாத்தா’ நாட்டின் தேசிய கீதமாக அங்கீகரிக்கப்பட வேண்டும் என அமைச்சரவை அறிக்கையொன்றை வெளியிட்டார். அப்பாடலின் பதிப்புரிமையை அரசு 2,500 ரூபாவைச் செலுத்தித் தன் வசமாக்கிக் கொண்டது. ஆனால் இந்தப் பணம் ஆனந்த ஸமரக்கோனுக்குக் கிடைக்கவில்லை. அவர் அதன் பதிப்புரிமையை ஒரு அச்சக உரிமையாளருக்கு ஏற்கனவே வழங்கியிருந்ததே இதற்குக் காரணம். 1952 பெப்ரவரியில் இடம் பெற்ற சுதந்தீர தின வைபவத்தில்தான் ‘நமோ நமோ மாத்தா’ உத்தியோகபூர்வமாகப் பாடப்பட்டது. எம். நல்லதம்பி என்ப வர் தேசிய கீதத்தைத் தமிழக்கு மொழி பெயர்த்தார்.

1956ம் ஆண்டில் S.W.R.D. பண்டாரநாயக்க ஆட்சிக்கு வந்த பிறகு தேசிய கீதத்தின் வரலாற்றில் பல திருப்பங்கள் ஏற்பட்டன. பண்டாரநாயக்கவின் அரசாங்கம் பல்வேறு வகையான பிரச்சினைகளை எதிர்கொள்ள நேர்ந்தது. அரசாங்கத்திற்கு எதிரான அரசியல் ஆர்ப்பாட்டங்களும் தொழிலாளர் வேலை நிறுத்தங்களும் இனக்கலவரங்களும் இயற்கை அனர்த்தங்களும் ஒன்றன் பின் ஒன்றாய் இடம் பெறலாயின.

இந்தக் துரதிர்ஷ்ட நிலைமைக்கு நாட்டின் தேசிய கீதமே காரணம் என ஒரு சாரார் பிரசாரம் செய்து அரசியல் ஸாபம் தேட ஆரம்பித்தனர். பல மூடநம்பிக்கைகளை அடிப்படையாக வைத்தே தேசிய கீதத்தின் மீது பழி சுமத்தப்பட்டது. படிப்படியாக ‘நமோ நமோ மாத்தா’ பாடலுக்கு எதிரான இயக்கம் வலிமை பெறலாயிற்று.

‘நமோ நமோ மாத்தா’ என்ற ஆரம்ப வரியிலுள்ள சுரங்கள் அபசகுன மானவை என்பதே பிரதான குற்றச் சாட்டாக இருந்தது. பாடலின் முதல் எழுத்தான் ‘ந’ தூர்ப்பாக்கியமானது என்றும் ‘ந - மோ - ந’ என வரும் முதல் மூன்று சுரங்களும் குறில்-நெடில்-குறில் என்ற ஒழுங்கில் வருவது அபசுகுனத்திற்குரியது என்றும் வாதங்கள் முன்வைக்கப்பட்டன.

இந்தக் குற்றச் சாட்டுக்கள் ஆனந்த ஸமரக்கோனுக்கு மிகுந்த மன வேதனையை ஏற்படுத்தின. அவர் தனது பாடலுக்கு எதிரான குற்றச் சாட்டுக்கள் தவறானவை என்பதை நிருபிப்பதற்காகப் பல பகிரங்க சொற்பொழி வகைள நிகழ்த்தினார். அத்தோடு செய்திப் பத்திரிகைகளில் இடம் பெற்ற பல

விவாதங்களிலும் கலந்து கொண்டார். அதே காலத்தில் அவர் அதிக பணக்கஷ்டத்திற்கும் ஆளாகியிருந்தார். அவர் மேற்கொண்ட கலை முயற்சிகள் எதுவும் வர்த்தகரீதியில் வெற்றிபெறத் தவறிவிட்டன. இதனாலும் அவர்மனமுடைந்து போயிருந்தார்.

1959 செப்டம்பரில் பிரதமர் பண்டாரநாயக்க சுட்டுக் கொலை செய்யப் பட்டதும் நிலைமை மேலும் மோசமாகியது. தேசிய கீதத்துக்கு எதிரான வர்கள் இக்கொலையையும் தமக்குச் சாதகமாகப் பயன்படுத்திக் கொண்டனர். 1960 ஜூலையில் நடைபெற்ற பொதுத் தேர்தலில் ஸீ லங்கா சுதந்திரக் கட்சி அமோக வெற்றி பெற்று பண்டாரநாயக்கவின் மணவி திருமதி சிரிமாவோ பண்டாரநாயக்க பிரதமரானார். அதன் பிறகு ‘நமோ நமோ மாத்தா’ ஏக்கு எதிரான இயக்கத்திற்கு அரசாங்கம் செவி சாய்க்கத் தொடங்கியது.

நாட்டின் பிரச்சினைகளுக்கு தேசிய கீதம்தானா காரணம் என்பதை ஆராய்ந்து தீர்மானிப்பதற்கென நிபுணர்களைக் கொண்ட கமிட்டியோன் றை அப்போதைய உள்நாட்டலுவல் கள் அமைச்சர் மைத்திரிபால் சேனா நாயக்க நியமித்தார். பிரச்சினைக்குத் தீர்வாக தேசிய கீதத்தின் ஆரம்ப அடியான ‘நமோ நமோ மாத்தா’ என்பது ‘ஸீ லங்கா மாத்தா’ என மாற்றியமைக்கப்பட வேண்டும் என அக்கமிட்டி சிபாரிசு செய்தது.

இதனை ஆனந்த ஸமரக்கோன் கடுமையாக எதிர்த்ததோடு தனது ஆட்சேபனையைப் பகிரங்கமாகத் தெரிவித்தார். எனினும் அதற்குச் செவி மடுக்காது 1961 பெப்ரவரியில் அரசாங்க

கம் ஒரு தலைப்பட்சமாக தேசிய கீதத் தின் ஆரம்ப அடியை மாற்றி அமைத்தது. பாடலின் பதிப்புரிமையை அரசு பெற்றுக் கொண்டிருந்ததால் ஸமரக் கோனினால் இது தொடர்பாக எவ்வித சட்ட நடவடிக்கையும் எடுக்க முடியவில்லை.

தனது அபிமானப் பாடலின் முதல் அடி மாற்றியமைக்கப்பட்டதை ஆனந்த ஸமரக்கோனினால் கொஞ்சமேனும் தாங்கிக் கொள்ள முடியவில்லை. ‘என் னுடைய தலையை நீக்கிவிட்டு வேறு ஒன்றைப் பொருத்திவிட்டார்களே’ (மனை இல்ல ஏலுலு வன உக்க ஹடி கரலு) என அவர் தனது நெருங்கிய உறவினர்கள் பலரிடம் விரக்தியோடு முறைப்பாடு செய்திருக்கிறார்.

Times of Ceylon பத்திரிகைக்கு அவர் எழுதியனுப்பிய குறிப்பு ஒன்றில் ‘தேசிய கீதம் சிரச்சேதம் செய்யப்பட்டிருக்கிறது. அது அந்தப் பாடலை மாத்திரம் சின்னாபின்னப் படுத்த

வில்லை. பாடலாசிரியரின் வாழ்க்கை யையும் நாசமாக்கிவிட்டது. நான் விரக்தியடைந்து மனம் உடைந்து போயிருக்கிறேன். பணிவு மிக்க பாடலாசிரியர் ஒருவருக்கு இவ்வாறான அநியாயம் செய்யப்படும் ஒரு நாட்டில் வாழவேண்டி ஏற்பட்டது ஒரு தூரதிர்ஷ்டமே. அதை விட மரணம் மேலானது’ எனக்குறிப்பிட்டிருந்தார்.

இவ்வாறு மனமுடைந்துபோன ஆனந்த ஸமரக்கோன் 1962 ஏப்ரல் 5ம் தேதி தனது அறையினுள் தற்கொலை செய்து கொண்டார். தூக்க மாத்திரை களை அளவுக்கு மீறி உட்கொண்டதே மரணத்திற்குக் காரணம் என மரண விசாரணையின் போது தெரியவந்தது. தனது பாடல் சிதைக்கப்பட்டது பற்றி அப்போதைய எதிர்க்கப்பட்சித் தலைவர் டட்டி சேனாநாயக்கவுக்கு அவரால் எழுதப்பட்ட முறைப்பாட்டுக் கடித மொன்றும் அப்போது அவரது மேசையின் மீது இருந்திருக்கிறது. ●

நான் கூற நினைத்ததெல்லாம்

அந்த வீட்டின் முன்வாயிலில் வந்து நின்ற பாதேசி ஒருவன் “அம்மா தாயே! பசிக்குது” என்று சத்தமிட்டான். அவனைக் கண்ட வீட்டுக்காரி ஒரு தட்டில் சோறும் கறிகளும் வைத்து அவனுக்குக் கொடுத்துவிட்டு உள்ளே சென்றாள். அவனும் முன்னாலிருந்த மரத்தடியில் அமர்ந்து சாப்பிடத் தொடங்கினான். அவனது கணவர் முன்வாசலில் அமர்ந்து பத்திரிகை வாசித்துக்கொண்டிருந்தார்.

சிறிது நேரத்தின் பின் அவன் மீண்டும் “அம்மா தாயே! பசிக்குது” என்றான். அவனது குரல் கேட்டு முன்வாசலுக்கு வந்த அப்பெண் “சற்று முன்தானே உனக்குச் சாப்பாடு போட்டுத் தந்தேன். அதற்குள் மீண்டும் பசி என்கிறாயே!” என ஆத்திரத்தோடு கேட்டாள்.

“எந்த ருசியில்லாத அது என்ன சாப்பாடா? வாயில் வைக்க முடியாது. அதை விடப் புல்லைச் சாப்பிடலாம்” என்று காரசாரமாகச் சொன்னான் அந்தப் பாதேசி. அந்தப் பெண்ணுக்குத் தூக்கி வாரிப் போட்டதுபோல் இருந்தது. என்றாலும் சமாளித்துக் கொண்டு, “இந்தா பார், நீதான் இப்படிச் சொல்கிறாம். எனது கணவர் முப்பது வருஷமாக இதைத்தானே சாப்பிடுகிறார். ஒரு நாள் கூட இப்படிச் சொன்னது கிடையாதே!” என்றாள்.

அவன் கூறியதைக் கேட்ட அந்தப் பாதேசி “எனக்குப் பத்து ரூபா பணம் தந்து அவர் தானம்மா இப்படிச் சொல்லச் சொன்னார்” என்றான் தலையைக் கவிழ்த்தவாறு.

வைத்தியர்கள் மருந்து நிர்ணயிக்கும் போது உபயோகிக்கும் குறியீடுகள்:

a.c - (ante cibum) : உணவுக்கு முன்

p.c. - (Post cibum) : உணவுக்குப் பின்

bis - இரண்டு தடவைகள்

b.i.d. - (bis in die) : ஒரு நாளைக்கு ஒரு தடவைகள்

cf - உணவுடன்

dieb.alt. - (diebus alternis) : ஒரு நாள் விட்டு ஒரு நாளைக்கு

alt.h - (alternis horis) : ஒரு மணித் தியாலம் விட்டு ஒரு மணித் தியாலம்

h.s - (hora somni) : நித்திரைக்குச் செல்லும் போது

nocte : இரவில்

mane : காலையில்

q.a.m. - (quaque ante meridiem) : ஒவ் வொரு நாளும் முற்பகலில்

q.a.d. - (quaque alternis die) : ஒரு நாள் விட்டு ஒரு நாளைக்கு

q.d. - (quaque die) : ஒவ் வொரு நாளும்

q.h.s. - (quaque hora somni) : ஒவ் வொரு நாளும் நித்திரைக்குச் செல் லும் போது

q.lh : ஒவ் வொரு மணித் தியாலமும்

q.4h : 4 மணித் தியாலத்துக்கு ஒரு தடவை

q.q.b. - (quaque quarta hora) : ஒவ் வொரு 4 மணித் தியாலத்துக்கு ஒரு தடவை

q.i.d. - (quater in die) : ஒரு நாளைக்கு நான்கு தடவைகள்

t.i.d.-ஒரு நாளைக்கு மூன்று தடவை

t.d.s.- (ter die sumendum) ஒரு நாளைக்கு மூன்று தடவைகள்

t.i.w.-வாரத்திற்கு 3 தடவை கள்

s.o.s - (si opus sit) : தேவைப்பட்டால் மாத்திரம்

q.s.- (quantum sufficiat) : போதிய அளவு

stat. - (statim) : உடனடியாக

u.d.-(ut dictum): கூறப்பட்ட படி

ad lib.-(ad libitum): விரும்பிய அளவு

prn.-(pro re nata) : தேவைக்கு ஏற்ப

p.o. - (per os) : வாய் மூலம்

p.r. - (er rectum) : குதவாயில் மூலம்

Inj. : ஊசி மூலம்

IM - தகைக்குள் (ஊசி மூலம்)

IV - நாளாத்திற்குள் (ஊசி மூலம்)

rep./rept. (repeat) : மீட்டுக்

non. rep : மீட்டக் கூடாது.

விசேட தினம்.

மத நம்பிக்கை உடைய எல்லாக் கூட்டத்தினருக்கும் தனியான சமய விடுமுறை தினங்கள் இருக்கின்றன. இறை நம்பிக்கையற்ற நாத்திகர்களான எவ்களுக்கு மட்டும் தனியான விடுமுறை தினம் இல்லை. இது நியாயமற்றது. நாத்திகர்களின் விசேட தினமாக ஒரு நாளையாது பிரகடனம் செய்ய வேண்டும் என உயர் நீதி மன்றத்தில் மனுச் செய்தார் ஒரு நாத்திகர்.

அவரது மனுவைப் பரிசீலனை செய்த நீதிபதி “மது வேண்டுகோள் நியாயமானதுதான். நான் அதனை ஏற்றுக் கொண்டு ஏப்ரல் முதலாம் திகதியை நாத்திகர்களின் நாளாகப் பிரகடனம் செய்யும்படி அரசுக்குச் சிபாரிசு செய்கிறேன்” என்றார்.



சோமாலிலாந்து

Somaliland

சோமாலிலாந்து என்றொரு நாட்டைப் பற்றிக் கேள்விப்பட்டிருக்கிறீர்களா? நாம் சொல்ல வருவது சோமா லியாவைப் பற்றியல்ல. உலக நாடுகளின் பெயர் வரிசையில் இடம் பெறாத, எந்த நாட்டினாலும் அங்கீகரிக்கப்படாத இப்படியொரு சுதந்திர நாடு இருக்கத்தான் செய்கிறது. அதனை சோமாலியாவின் சுயாட்சிப் பிரதேசமொன்றாகவே உலகம் கருதுகின்றது.

முன்னர், சோமாலியாவின் ஒரு பகுதி பிரிட்டிஷ் நிர்வாகத்தின் கீழும் மற்றப்பகுதி இத்தாலிய நிர்வாகத்தின் கீழும் இருந்தன. பிரிட்டிஷ் சோமாலிலாந்து என அழைக்கப்பட்ட பகுதி 1960 ஜூன் 26ம் திகதி சுதந்திரம் பெற்றது. ஐந்து நாட்களின் பின்னர் இத்தாலிய சோமாலிலாந்து சுதந்திரம் பெற்றோடு இரு பிரதேசங்களும் ஒன்றிணைக்கப்பட்டு சோமாலியக்குடியரசு உருவாக்கப்பட்டது.

1967இல் சோமாலியாவில் இராணுவ ஆட்சி ஏற்பட்டது. காலப்போக்கில் இரு பிரதேசங்களுக்குமிடையில் பினைக்குகள் ஏற்பட்டன. 1988இல் சோமாலிலாந்தில் பல படுகொலைகளை இராணுவம் மேற்கொண்டது. இதனால் உள்நாட்டுப் போர் மூண்டது. அப்போது சோமாலிலாந்தின் உள்ளூராட்சிக்குப் பொறுப்பாக இருந்த சோமாலிய தேசிய இயக்கம் (SNM) 1991 மே 18ம் திகதி சோமாலி

லாந்தைத் தனி நாடென்றாகப் பிரகடனம் செய்தது. எனினும், உலக நாடுகளோ ஐநா சபையோ சோமாலிலாந்தைச் சுதந்திர தேசமொன்றாக அங்கீகரிக்கவில்லை.

இன்றைய சோமாலிலாந்து, முன்னைய பிரிட்டிஷ் சோமாலிலாந்து முழுவதற்கும் உரிமை கோருகின்ற போதிலும் அப்பிரதேசத்தின் மேற்குப் பாதி மட்டுமே அதன் கட்டுப்பாட்டின் கீழ் இருக்கின்றது. இந்த நாட்டின் மொத்த நிலப்பரப்பு $137,600\text{ km}^2$ (இலங்கையை விட இருமடங்கு பெரியது)

சோமாலிலாந்தின் எல்லைகளாக மேற்கிலும் தெற்கிலும் எத்தியோப்பியாவும் வடமேற்கே ஜிழுதியும் வடக்கே ஏடன் வளைகுடாவும் கிழக்கில் சோமாலியாவும் இருக்கின்றன. 740 km நீளமான கரையோப் பிரதேசம் இந்தாட்டுக்கு உண்டு. நாட்டின் வடபகுதி மலைப்பாங்கானது. சோமாலிலாந்தின் மிக உயர்ந்த சிகரம் சிம்பிரிஸ் எனப்படும். இது $2,146\text{ m}$ உயரம் கொண்டது.

சுமார் $3.5\text{ மில்லியன் மக்கள்}$ இந்நாட்டில் வசிக்கின்றனர். இவர்களுள் இஸாக் என்ற கோத்திரத்தைச் சேர்ந்தவர்களே பெருந்தொகையினராக உள்ளனர். சோமாலிலாந்திலும் சோமாலியாவிலும் கோத்திரங்கள் முக்கிய சமூக அலகுகளாகச் செயற்படுகின்றன. சோமாலிய அரசியலிலும் கலா

சாரத்திலும் இவை பாரிய செல்வாக்குச் செலுத்துகின்றன.

சோமாலிலாந்து மக்களில் சிறு தொகையினரைத் தவிர மற்ற அனைவரும் முஸ்லிம்களாவர். இவர்கள் ஷாபியீ மத்தூப்பைச் சேர்ந்தவர்கள். அந்நாட்டின் அரசியல் யாப்பிள் படி இஸ்லாமே அரச சமயம். நாட்டின் அங்கு எந்தவொரு சட்டமும் இஸ்லா மிய ஷரீ'ஆ சட்டங்களுக்கு முரணாக அமைய முடியாது. இஸ்லாமிய ஒழுக்க முறைகளை அரசாங்கம் ஊக்கு விப்பதோடு அதற்கு முரணான நடத்தைகளைத் தடுக்கின்றது.

சோமாலி, அறபு, ஆங்கிலம் என்பன இந்நாட்டின் தேசிய மொழி களாக விளங்குகின்றன. பெரும்பாலான மக்கள் இவற்றுள் ஏதேனும் இரண்டைப் பேசக்கூடியவர்கள். அறபு மொழி பாடசாலைகளில் கட்டாயப் பாடமொன்றாகப் போதிக்கப் படுகிறது. தற்காலத்தில் சோமாலி மொழி ஆங்கில அரிச்சவடியின் (P, V, Z என்பன தவிர்ந்த) எழுத்துக்களைப் பயன்படுத்தி எழுதப்படுகிறது. இதற்காக அறபு அரிச்சவடியும் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

சோமாலிலாந்தின் நிர்வாகியாக மக்களால் தெரிவு செய்யப்படும் ஜனாதிபதி செயற்படுகிறார். இவர் 5 வருடத்துவணைக்குப் பொது வாக்கெடுப்பு மூலம் தெரிவு செய்யப்படுகிறார். இந்நாட்டின் பாராளுமன்றம் இரு சபைகளைக் கொண்டது. சீழ்ச் சபையான மக்கள் பிரதிநிதிகள் சபையின் 82 உறுப்பினர்களும் பொதுத் தேர்தல் மூலம் தெரிவு செய்யப்படுவர். முதியோர் சபை என அழைக்கப்படும் உயர் சபை பல்வேறு கோத்திரங்களால் அரும்பு - 43

நியமிக்கப்படும் 82 உறுப்பினர்களைக் கொண்டது. அரசியல் யாப்பிள்படி தேர்தல்களில் போட்டியிடுவதற்கு 3 அரசியல் கட்சிகளுக்கு மாத்திரமே அங்கீகாரம் கிடைக்கும்.

சோமாலிலாந்துக்கு சர்வதேச அங்கோரம் இல்லாத காரணத்தால் சர்வதேச நிதியுதவி எதுவும் அதற்குக் கிடைப்பதில்லை. ஐக்கிய அமெரிக்கா, ஐரோப்பா, வளைகுடா நாடுகள் போன்றவற்றில் தொழில் புரியும் சோமாலிலாந்துப் பிரஜைகள் அனுப்பும் பெருந்தொகைப் பணமே அந்நாட்டின் பொருளாதாரத்துக்குத் துணையாக அமைகிறது. ஆரம்ப காலத்தில் அங்கு பொது வசதிகள் மிகக் குறைவாகவே காணப்பட்டன. எனினும், 1990களின் பிற்பகுதியில் இத்துறையில் ஓரளவு முன்னேற்றம் ஏற்பட்டுள்ளது.

தலைநகரான ஹார்கெய்ஸாவில் நீர் விநியோகம், அரசாங்கப் பாடசாலைகள் என்பன ஆரம்பிக்கப்பட்டுள்ளன. நாட்டின் பல பகுதிகளில் மின் விநியோகமும் நடைபெறுகிறது. பெரும்பாலான பொதுச் சேவைகள் தனியார் நிறுவனங்களாலேயே வழங்கப்படுகின்றன. ஜிபூத்தி நாட்டு வங்கி யொன்றின் கிளையொன்றும் 2009ல் திறக்கப்பட்டுள்ளது.

கால்நடை உற்பத்தியே சோமாலிலாந்துப் பொருளாதாரத்தின் அடிப்படையாக அமைந்திருக்கிறது. செம் மறியாடுகள், ஒட்டகங்கள், மாடுகள் முதலியவை பெர்பெரா துறைமுகச் சினாடாக சலுதி அரேபியா போன்ற நாடுகளுக்கு ஏற்றுமதி செய்யப்படுகின்றன. விவசாய உற்பத்திக்கான சாத்தியங்களும் அங்கு நிறையக் காணப்படுகின்றன.

படுகின்றன. தானிய உற்பத்தி ஓரளவுக்கே இப்போது இடம்பெறுகிறது. பெருமளவு கனிய வளம் காணப்படுகின்ற போதிலும் அவற்றை அகழ்ந்தெடுப்பதற்கான கைத்தொழில் முயற்சிகள் சிறிய அளவிலேயே மேற்கொள்ளப்படுகின்றன.

சோமாலிலாந்தில் ‘வில்லிங்’ என்னும் பண அலகு பயன்படுத்தப்படுகிறது. இது மிக உறுதியானதாக இருந்த போதிலும் அதற்கு சர்வதேச அங்கீகாரம் இல்லாததனால் உத்தியோக பூர்வ மாற்று வீதம் எதுவுமில்லை. 1994ல் உருவாக்கப்பட்ட மத்திய வங்கியே இந்த நாணயத்தை நிர்வகித்துச் சீர்ப்படுத்துகிறது.

பிரதான நகரங்களில் தனியார் பஸ் சேவைகள் இடம்பெறுகின்றன. எனினும், நீண்ட தூரப் பாதை வசதிகள் ஒழுங்காக இல்லாததனால் தூரப் பிரயாணங்களுக்கு ஜீப்கள், சிறிய வெளிகள் முதலியனவே பயன்படுத்தப்படுகின்றன. தனியார் விமான சேவைகள் சிலவும் அங்கு செயற்படுகின்றன. இவற்றுள் Daallo Airlines என்னும் நிறுவனம் ஜிபூத்தி, துபாம், ஜித்தா, அடிஸ் அபாபா ஆகிய நகர்



களுக்கு தலை நகரி வுள்ள ஹார்கெயிலா சர்வதேச விமான நிலையத்தினுடாக விமானச் சேவைகளை மேற்கொள்கின்றது.

சோமாலிலாந்தின் தற்போதைய ஐனாதிபதி அஹமத் மற்றுத் தலைவர் யோ

நிலம் குழ்ந்த அயல் நாடான எத்தியோப்பியாவுக்குத் துறைமுகங்கள் இல்லை. எனவே, சோமாலிலாந்தின் பெர்பெரா துறை முகத்தினாடாகவே சகல ஏற்று - இறக்குமதிகளும் இடம் பெறுகின்றன. இதன் மூலம் கணிசமான வருமானத்தை இந்நாடு பெற்றுக் கொள்கிறது.

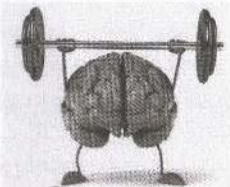
சோமாலியாவோடு ஒப்பிடுகையில் அரசியல் உறுதிப்பாடும் சபீட்சமும் அமைதியும் நிறைந்த நாடாக சோமாலிலாந்து விளங்குகிறது. சோமாலியா வில் காணப்படும் வன்செயல்களோ, வறுமையோ, பஞ்சமோ அங்கிலை. எனினும், உலக நாடுகள் அந்நாட்டை அங்கீரிக்காமல் ஒதுக்கி வைத்திருப்பது வியப்புக்குரியதே. ●

இப்படி முடியுமா?

மோட்டார் வாகன மெக்கானிக் ஒருவர் இதய சத்திரசிகிச்சை நிபுணர் ஒருவரைச் சந்திக்க நேர்ந்தது.

“இதயக் கோளாறுகளுக்குச் சத்திர சிகிச்சை செய்துவிட்டு இலட்சக் கணக்கில் அறவிடுகிறீர்களே, இது நியாயமா? நாங்களும்தான் மோட்டார் வாகனங்களின் என்ஜின்களைத் துண்டு துண்டாகக் கழற்றித் திருத்தி மீனப் பொருத்துகிறோம். அதற்காக நாம் அப்படிப் பெருந்தொகை அறவிடுவதில் வையே” எனக்கேட்டார். மெக்கானிக்.

“எனஜின் வேலை செய்துகொண்டிருக்கும்போது அப்படிக் கழற்றிப் பொருத்திப் பாரும். அப்போது உமக்கு உண்மை புரியும்” என்றார் சத்திர சிகிச்சை நிபுணர் நிதானமாக.



மனவலிமை உள்ளவர்கள் செய்யாதவை...

பெரும்பாலானவர்கள் தமது உடல் வலிமையையும் ஆரோக்கியத் தையும் பேணிக் கொள்வதில் தீவிர கவனம் செலுத்துகின்றனர். எனினும், மனவலிமை இல்லாது போனால், எவ்வளவு உடல் வலிமை இருந்தாலும் வாழ்க்கையில் வெற்றி பெற முடியாமல் போய்விடும்.

அதிக மனவலிமையும் மன உறுதி யும் உடையவர்கள் பின்வரும் காரியங்களில் ஈடுபட மாட்டார்கள்:

1.) சுய அனுதாபப்பட்டுக்கொண்டும் தமது நிலையைப் பற்றிக் கவலைப்பட்டுக்கொண்டும் அவர்கள் காலத்தை வீணாக்க மாட்டார்கள்.

தமக்கு வாய்த்துள்ள சந்தர்ப்ப குழ்நிலைகள் பற்றியோ தம்மை மற்ற வர்கள் நடத்தும் முறை பற்றியோ அவர்கள் தமது மனதை அலட்டிக் கொள்ள மாட்டார்கள். தமது செயல் களுக்கும் அவற்றின் விளைவுகளுக்கும் தாமே பொறுப்பு என்பதை அவர்கள் உணர்ந்திருப்பதோடு வாழ்க்கையென்பது மேடுகளைவிடப் பள்ளங்கள் நிறைந்தது என்ற உண்மையையும் தெளிவாகப் புரிந்து கொண்டிருப்பர். தமக்கு ஏற்படும் இடர்களிலிருந்தும் தோல்விகளிலிருந்தும் அனுபவங்களையும் படிப்பினைகளையும் பெற்றுக் கொள்வதோடு எமக்கு நல்லது எதுவென்பதை இறைவனே அறிவான் என்ற அசையாத நம்பிக்கையையும் கொண்டிருப்பர்.



2.) அவர்கள் தமது அதிகாரத்தை இன்னொருவரிடம் ஒப்படைக்க மாட்டார்கள்.

மனவலிமையுடையவர்கள் தம் மைச் சிறுமைப் படுத்துவதற்கோ அல்லது தமது உள்ளத்தை நோவிப்பதற்கோ இன்னொருவருக்கு அதிகாரம் வழங்க மாட்டார்கள். தமது செயல்களும் மனவெழுச்சிகளும் தமது சொந்தக் கட்டுப்பாட்டிலேயே இருக்கின்றன என்பதை அவர்கள் புரிந்து கொண்டிருப்பர். எந்த நிலைமையிலும் தாம் நடந்துகொள்ளும் விதத்திலேயே தம் வலிமை தங்கியிருக்கிறது என்பதை அவர்கள் அறிந்திருப்பர்.

3.) புதிய மாற்றங்களைக் கண்டு வெறுண்டோட மாட்டார்கள்.

மனவலிமையுடையவர்கள் நல்ல மாற்றங்களை வரவேற்பதோடு சவால் களுக்கு முகங்கொடுக்கவும் தயாராக இருப்பர். தாம் இருக்கிற நிலைமை பற்றி உளத்திருப்தியுற்று முயற்சி செய்யாமல் இருக்கவோ, ஒரே நிலைமையில் தேங்கியிருக்கவோ அவர்கள் விரும்ப மாட்டார்கள். புதிய, சாதகமற்ற சூழல்களில் அவர்கள் வெற்றிகரமாகத் தொழிற்படுவார்கள்.

4.) தமது கட்டுப்பாட்டில் இல்லாத விடயங்களில் தமது சக்தியை வீணடிக்க மாட்டார்கள்.

மனவலிமை மிக்கவர்கள் போக்கு வரத்து நெரிசல் பற்றியோ மோசமான

காலநிலை பற்றியோ அடுத்தவர்களின் நடத்தை பற்றியோ அதிகம் அலட்டிக்கொள்ள மாட்டார்கள். ஏனெனில் இப்படியானவை தமது கட்டுப்பாட்டில் இல்லை என்பது அவர்களுக்குத் தெரியும். இவ்வாறான சாதகமற்ற நிலைமைகளில் தாம் விளைவுகாட்டும் விதத்தையும் தமது மனப்பாங்குகளை யும் மாத்திரமே தம்மால் கட்டுப்படுத்த முடியும் என்பதையும் அவர்கள் அறிந்திருப்பர்.

5.) மற்றவர்களைத் திருப்திப்படுத்த வேண்டுமே எனக் கவலைப்பட மாட்டார்கள்.

அளவு கடந்து மற்றவர்களைத் திருப்திப்படுத்த முயல்பவர்களும் தமது ஆதிக்கத்தை நிலைநாட்டும் நோக் கோடு மற்றவர்களை அதிருப்திக்கு உள்ளாக்குகிறவர்களும் பயனற்ற வர்களாகவே இருப்பர். மனவலிமை கொண்டவர்கள் மற்றவர்கள் விடயத் தில் இரக்கமாகவும் நியாயமாகவும் நடந்து கொள்வார்கள்; பொருத்த மான சந்தர்ப்பங்களில் அடுத்தவர்களைத் திருப்திப்படுத்தி மகிழ்விப்பார்கள். அதேவேளை, தமது அபிப்பிராயத்தைப் பயமின்றி எடுத்துச் சொல்ல அஞ்ச மாட்டார்கள். தனது பேச்சினால் அல்லது செய்கையினால் யாரும் மனக்குழப்பம் அடைந்தாலும் நிலைமையை கண்ணியமான முறையில் சமாளிக்கும் திறன் அவர்களிடம் இருக்கும்.

6.) முயற்சிகளின்போது நேரக் கூடிய இடர்களை எதிர்கொள்ள அஞ்ச மாட்டார்கள்.

மனவலிமையுள்ளவர்கள் தமது முயற்சிகளில் ஏற்படக்கூடிய இடர்

களுக்கு முகங்கொடுக்கத் தயாராக இருப்பார்கள். ஆபத்தான முயற்சி களில் முட்டாள் தனமாகக் குதிப்பது இதிலிருந்து முற்றிலும் வேறுபட்டது.

ஒரு முயற்சியோடு சம்பந்தப்பட்ட நன்மைகளையும் ஆபத்துக்களையும் சரியாக எடை போட்டுப் பார்க்கும் திறன் இவர்களுக்கு இருக்கும். எனவே, அவர்கள் செயலில் இறங்க முன்பே அவை பற்றிய சரியான மதிப்பீடோன் றைச் செய்து அவற்றுக்கு முகங் கொடுப்பதற்குத் தம்மைத் தயார்படுத்திக்கொள்வர்.

7.) கடந்த கால நிகழ்வுகளில் மன கைத்துச் செலுத்திக் காலத்தைக் கடத்த மாட்டார்கள்.

கடந்த கால அனுபவங்களும் படிப்பினைகளும் வாழ்க்கைக்கு வளமுட்டக் கூடியவையே. எனினும், மன வலிமை மிக்கவர்கள் கடந்த கால கசப்பான அனுபவங்களிலோ அல்லது கடந்த காலப் பெருமைகளிலோ லியித் துப்போய்க் காலம் கடத்த மாட்டார்கள். அவர்கள் தமது சக்தியில் பெரும் பகுதியை நல்லதொரு நிகழ் காலத்துக்காகவும் எதிர்காலத்துக்காகவுமே முதலீடு செய்வார்கள்.

8.) மீண்டும் மீண்டும் ஒரே தவறைச் செய்ய மாட்டார்கள்.

மனவலிமை மிக்கவர்கள் தமது கடந்த காலச் செயல்களுக்கு முழுப் பொறுப்பையும் ஏற்றுக்கொள்வதோடு தனது கடந்த காலத் தவறுகளிலிருந்து படிப்பினை பெறுவார்கள். தன்னைச் செய்புக்கையில் செய்து தனது செயல்களை மறுபரிசீலனை செய்வார்களே வாழ்க்கையில் வெற்றி பெறுவார்கள்.

9.) மற்றவர்களின் வெற்றிகளைக் கண்டு வெறுப்படைய மாட்டார்கள்.

மற்றவர்களின் முன்னேற்றத்தையும் வெற்றியையும் கண்டு உண்மையில் மகிழ்வதற்கு மனவலிமையும் உறுதி யான நடத்தைப் பண்புகளும் அவசியம். மனவலிமையுடையவர்கள் ஒரு போதும் மற்றவர்களின் முன்னேற்றத்தை அல்லது வெற்றியை மனக் கசப் போடு நோக்கமாட்டார்கள். (மாறாக, அவர்களது வெற்றிக்கான காரணி களை ஆராய்வார்கள்). குறுக்கு வழி களை நாடாமல் தமது வெற்றிக்காக இவர்கள் கடுமையாக உழைப்பார்கள்.

10.) தோல்வியைக் கண்டு முயற்சியைக் கைவிட மாட்டார்கள்.

ஓவ்வொரு தோல்வியும் தன்னை மேம்படுத்திக் கொள்வதற்குரிய ஒரு வாய்ப்பாகவே இருக்கும். எனவே, மன வலிமையுடையவர்கள் எத்தனை தோல் விகள் ஏற்பட்டாலும் மனந்தளராமல் அவற்றிலிருந்து கிடைக்கும் அனுபவங்களை வெற்றியடைவதற்கான முயற்சிக்குரிய படிக்கற்களாகப் பயன் படுத்திக் கொள்வார்கள்.

11.) தனியாக இருந்து நேரங் கடத்த அஞ்ச மாட்டார்கள்.

தனியாக இருப்பதற்குக் கிடைக்கும் வாய்ப்பை மனவலிமை கொண்டவர்

கள் மகிழ்ச்சியோடு வரவேற்பார்கள். சுய பரிசீலனை செய்வதற்கும் திட்டமிடுவதற்கும் புத்தாக்கச் சிந்தனைக்கும் அவர்கள் இவ்வாய்ப்பினைப் பயன் படுத்துவார்கள். மற்றவர்களோடு கூடியிருந்து மகிழ்ச்சுடியவர்களாக இவர்கள் இருப்பார்கள். எனினும், அவர்களது உள் மகிழ்ச்சியைப் பேற்று வதற்கு மற்றவர்களின் துணை அவர்களுக்குத் தேவைப்படாது.

12.) சமூகமோ உலகமோ தமக்குக் கடமைப்பட்டிருப்பதாக நினைக்க மாட்டார்கள்.

தமது படிப்புக்கும் தகைமைக்கும் ஏற்றவாறு சமூகமும் உலகமும் தமக்கு மதிப்பும் தொழிலும் வருவாயும் தரவேண்டுமென மனவலிமையுடையவர்கள் எதிர்பார்க்க மாட்டார்கள். தமக்குத் தேவையானவற்றைப் பெறுவதற்குத் தம்மைத் தயாராக்கிக் கொண்டு கடுமையாக உழைக்க வேண்டும் என அவர்கள் நன்கு அறிவார்கள்.

13.) உடனடிப் பெறுபேறுகளை எதிர்பார்க்க மாட்டார்கள்.

தமது முயற்சிகளுக்கு உடனடிப் பெறுபேறு கிடைக்க வேண்டும் என மனவலிமை மிக்கவர்கள் எதிர்பார்க்க மாட்டார்கள். உண்மையான மாற்றங்கள் ஏற்பட அதிக காலம் தேவை என்பது அவர்களுக்குத் தெரியும். ●

வாசகர்களின் கவனத்துக்கு ...

அரும்பு இதழில் வெளிவரும் ஆக்கங்களினதும் ஹாஸ்யத் துணுக்குகளி னதும் தமிழ் வடிவம் அரும்பு ஆசிரியருடையதே. இவை எந்தத் தமிழ் வெளி யீட்டிலிருந்தும் பிரதிபண்ணப்பட்டவை அல்ல. எனவே இவற்றைப் பிரதிபண்ணி பத்திரிகைகளுக்கும் சஞ்சிகைகளுக்கும் தங்கள் பெயரில் எழுதியனுப்பும் செயலில் ஈடுபட வேண்டாம் எனப் பணிவுடன் வேண்டிக்கொள்கிறோம். இவற்றை எங்காவது பிரசரிக்க விரும்புவார்கள் அரும்பு இதழிலிருந்து பெறப்பட்டது என்பதைக் கட்டாயம் குறிப்பிட வேண்டும்.

ஒரு தந்தையின் கடிதம்

அன்புள்ள மகனே!

நான் இதனை முன்று காரணங்களுக்காக எழுதத் துணிந்தேன்.



1. வாழ்வின் போக்கு, அதிர்ஷ்டம், துரதிர்ஷ்டம் முதலியன எப்படி அமையப் போகின்றன என்பது பற்றி யாராலும் எதிர்வகூற முடியாது. தாம் எவ்வளவு காலம் வாழும் போகிறோம் என்பதும் ஒருவருக்கும் தெரியாது. எனவே சில விடயங்களை நேர காலத்தோடு சொல்லிவிடுவது நல்லது..

2. நான் உன்னுடைய தந்தை. எனவே இதனை நான் உனக்குக் கூறாவிட்டால் வேறு யாரும் கூறப்போவதில்லை.

3. இங்கே எழுதப்பட்டுள்ளவை எனது சொந்தக் கசப்பான அனுபவங்களை அடிப்படையாகக் கொண்டவை. இவை சில வேளைகளில் அவசியமற்ற மன வேதனைகளிலிருந்து உன்னைக் காத்துக் கொள்ளக்கூடும்.

எனவே நீ உனது வாழ்க்கையை நடாத்திச் செல்லும் போது பின்வருவனவற்றை நினைவில் வைத்துக் கொள்:

1. உன்னோடு நல்ல முறையில் நடந்து கொள்ளாதவர்கள் பற்றி மனதில் வெறுப்பை வளர்த்துக் கொள்ளாதே. உன்னை நல்ல முறையில் நடத்த வேண்டும் என்ற பொறுப்பு எனக்கும் உன் தாய்க்கும் தவிர வேறு யாருக்கும் கிடையாது. உன்னோடு நல்ல முறையில் நடந்துகொள்கிற ஏனையவர்களை மதித்து அவர் களுக்கு நன்றியுடையவனாக இரு. அதே வேளையில் இவ்விடயத்தில் நீ மிகக் கவனமாக இருந்து கொள். ஏனெனில் ஓவ்வொருவருடைய ஓவ்வொரு செய்கைக்கும் ஒரு உன்னோக்கம் இருக்கும். ஒருவர் உன்னோடு நல்ல முறையில் நடந்து கொள்கிறார் என்பதற்காக அவர் உன்மீது அன்பு வைத்திருக்கிறார் என்று கருதி விட முடியாது. இதில் நீ மிகக் கவனமாக இருக்க வேண்டும். அவசரப்பட்டு அப்படியானவரை ஓர் உண்மை நண்பனாகக் கருதி விடாதே!

2. இன்றியமையாதவர் என எவரும் இல்லை. அதே போன்று கட்டாயம் உனக்குச் சொந்தமாக இருக்க வேண்டிய பொருளை நூற்றும் இவ்வுலகில் எதுவுமில்லை. இந்த உண்மையை நீ நன்றாகப் புரிந்துகொண்டால், உன்னைச் சூழ உள்ள வர்கள் இனிமேல் நீ தேவையில்லை என உன்னை ஒதுக்கித் தள்ளும் போதும், நீ அதிகமாக விரும்பும் ஒருவரை அல்லது ஒரு பொருளை இழக்க நேரிடும் போதும் நிலை குலைந்து விடாமல் வாழ்க்கையைத் தொடர்வது உனக்கு இலகு வாக இருக்கும்.

3. வாழ்க்கை மிகக் குறுகியது. இன்று நீ வாழ்க்கையை வீணாக்கினால் நாளை வாழ்க்கை உன்னைவிட்டு நழுவிச் செல்வதைக் காண்பாய். எந்தளவுக்கு நேரகாலத்தோடு நீ வாழ்க்கையை மதித்துப் போற்ற ஆரம்பிக்கிறாயோ அந்த அளவுக்கு மகத்தான் மகிழ்ச்சியை நீ வாழ்க்கையில் காண்பாய்.

4. காதல் என்பது மாறிப் போகக்கூடிய ஓர் உணர்வாகும். இவ்வுணர்வு காலத்தால் மங்கிப் போகக்கூடியது; ஒருவருடைய மனிலைக்கு ஏற்ப மாறக்கூடியது. நீ காதல் கொண்டவள் உன்னைவிட்டு விலகிப்போனால் அல்லது உனக்குக் கிடைக்காமற் போனால் பொறுமையாக இரு. உனது கவலைகளையும் வேதனை களையும் காலம் கழுவிச் சென்றுவிடும். காதலின் அழகையும் அது தரும் இன்பத் தையும் அளவுமீறி மிகைப்பட்டுத்திப் பார்க்காதே! அதே போல் காதல் தோல்வி யினால் ஏற்படும் துயரத்தையும் மிகைப்பட்டுத்தி நோக்காதே!

5. வாழ்க்கையில் வெற்றி பெற்றுள்ள எத்தனையோ பேர் நல்ல கல்வியைப் பெற்றுக்கொண்டவர்கள் அல்லர் என்பது உண்மையே. ஆனால், வாழ்க்கையில் வெற்றி பெறுவதற்குச் சிரமப்பட்டுக் கல்வி கற்க வேண்டியதில்லை என்பது இதன் கருத்தல்ல. நீ கற்றுக் கொள்ளும் எந்த அறிவும் வாழ்க்கையில் உனக்குச் சிறந்த ஆயுதமாக அமைந்துவிடும் என்பதை மறக்காதே!

6. நான் முதுமையடைந்த பின் நீ எனக்காகச் செலவு செய்ய வேண்டும் என நான் எதிர்பார்க்கவில்லை. அதே போல் உனது வாழ்நாள் முழுவதும் உனக்காக நான் பணம் செலவு செய்யப் போவதுமில்லை. உன்னைப் போவித்துப் பாதுகாக்க வேண்டும் என்ற எனது பொறுப்பு நீவர்ந்து பெரியவனானதும் முடிவடைந்து விடுகின்றது.. அதன் பிற்பாடு, நீ வசதியுள்ளவனாக வாழப் போகிறாயா அல்லது வறுமையில் உழலப் போகிறாயா என்பதை நீயே தீர்மானித்துக்கொள்!

7. எப்போதும் நீ உனது வார்த்தையைக் காப்பாற்று! ஆனால் மற்றவர்களும் அவ்வாறு செய்வார்கள் என எதிர்பார்க்காதே! நீ அடுத்த மனிதர்களுக்கு நல்லவனாக இருக்கலாம்; ஆனால் அவர்கள் உனக்கு நல்லவர்களாக இருப்பார்கள் என எதிர்பார்க்காதே! இதனை நீ புரிந்துகொள்ளத் தவறினால் இறுதியில் தேவையற்ற பிரச்சினைகளில் மாட்டிக் கொள்வாய்.

8. நான் எண்ணற்ற தடவைகள் பொதுமக்கள் வாங்கியிருக்கிறேன். ஆனால் ஒருபோதும் எனக்குப் பரிசுகள் கிடைத்தத்தில்லை. நீ செல்வந்தனாக மாற வேண்டுமானால் கஷ்டப்பட்டு உழைக்க வேண்டும் என்பதையே இது காட்டுகின்றது. இலவசச் சாப்பாடு என்று எதுவும் இவ்வுலகில் இல்லை. ●

நன்றி

நாடகக் கொட்டகையில் அமர்ந்து நாடகம் பார்த்துக் கொண்டிருந்த பெண்ணொருத்தி இடையில் எழுந்து வெளியே சென்றாள். சிறிது நேரத்தின் பின்னர் திரும்பி வந்த அவள் ஓர் ஆசன வரிசையின் அந்தத்தில் அமர்ந்திருந்த மனிதனை அணுகி, “நான் சற்று முன்னர் வெளியே செல்லும்போது உங்கள் காலை மிதித்துக்கொண்டு சென்றேனா?” என்று பணிவான குரவில் கேட்டாள். இவள் மன்னிப்புக் கேட்கப் போகிறாள் என்பதை எதிர்பார்த்த அந்த மனிதன் “ஆம். நீர் மிதித்துக் கொண்டுதான் சென்றீர்” என்றான்.

“நன்றி! அப்படியானால் இதுதான் நான் உட்கார்ந்திருந்த வரிசை” என்று கூறியவாறு அவள் தனது ஆசனத்தை நோக்கி நகரத் தொடங்கினாள்.



நேபாளத்தில் சில நாட்கள்

ஸார்க்காருக்கான ஒன்றான நேபாளத்திற்கு விஜயம் செய்ய வேண்டும் என்ற ஆசை நீண்டகாலமாக என் னுள் குடிகொண்டிருந்தது. பத்து வருடங்களுக்கு முன்னர், அங்குள்ள மஸ் கியூலர் டிஸ்ட்ரோபி பவண்டேஷன் என்னும் அமைப்பின் அமைப்பின் பேரில் அங்கு செல்வதற்காக எல்லா ஏற்பாடுகளையும் செய்து விமான டிக் கற்றுக்களையும் வாங்கிய பின்னர் திடீ ரென் எனது மக்ஞக்கு ஏற்பட்ட புற்று நோய் காரணமாக பிரயாணத்தை ரத்துச் செய்யவேண்டி ஏற்பட்டது. இந்த ஆண்டு மீண்டும் அதே அமைப்பு எனக்கு அழைப்பு விடுதிருந்தது. எனவே, எப்படியா வது இந்தத் தடவை அங்கு சென்றே ஆகவேண்டும் எனத் தீர்மானித்துக் கொண்டேன்.

வெளிநாடு போகத் தயாரானால் அதற்காக வீஸா பெற்றுக் கொள்வது தானே அவஸ்தை மிக்க காரியம். அதி காலையில் கொழும்புக்குச் சென்று பல்வேறு ஆவணங்களைச் சுமந்த வாறு கியுவரிசையில் நின்று அனா வசியமான கேள்விகளுக்கு விடையளித்து வீஸா பெற்றுக் கொள்ள வேண்டியிருப்பதை நினைத்தால் பிரயாணமே வெறுத்துப் போய்விடும். கட்டிய மேளத்தைக் கொட்டித் தீர்க் கத்தானே வேண்டும் என மனதைத் தேற்றிக் கொண்டு ஒரு நாள் அதி காலையில் புறப்பட்டு நேபாளத் தூதரகத்திற்குச் சென்றேன். காலை 9மணிக்

குத்தான் வீசா அலுவலகம் திறக்கும் என்றார் அங்கு நின்ற பாதுகாப்பு அதி காரி. நேரமானதும் உள்ளே அழைக் கப்பட்டேன். என்ன ஆச்சரியம்! நான் பயந்தபடி அங்கு எந்தக் கியூவும் இருக்கவில்லை. நான் மட்டுமே வீஸா கேட்டுப் போயிருந்தேன். எனவே எவ்விதக் கெடுபிடிகளும் இல்லாமல் ஐந்தே நிமிடங்களில் காரியம் முடிந்துவிட்டது.

போட்டோ எதுவும் இல்லாமல் வெறும் றப்பர் முத்திரையொன்றைத் தான் வீஸாவாகப் பாஸ்போர்ட்டில் குத்தித் தந்திருந்தார்கள். முதலில் தவறு தலாக பாஸ்போர்ட் விபரமடங்கிய பக்கமொன்றின் மீது அதைக் குத்தி விட்டு மீண்டும் இரண்டாவது தடவையாக வீஸாவக்குரிய பக்கமொன்றில் குத்தியிருந்தார்கள். கட்டுநாயக்க விமான நிலையத்தில் எனது பாஸ்போர்ட் டைப் பரிசீலனை செய்த குடிவரவு குடியகல்வு அதிகாரி இந்தத் தவறைக் கண்டுவிட்டு “இதென்ன கூத்து! வழமையாக மத்திய கிழக்கு எம்பளிகளில் தான் இப்படிக் குருட்டுத்தனமான வேலைகள் செய்வார்கள். நேபாளி களும் இப்படிச் செய்கிறார்களா?” என்று விசனத்தோடு கேட்டார். நான் சிரித்துச் சமாளித்து விட்டேன். நான் என்ன செய்ய? அது நான் செய்த தவறு அல்லவே!

கொழும்பிலிருந்து நேபாளத்திற்கு நேரடி விமானச் சேவை எதுவும் இருக்காததால் மும்பாய் ஊடாகத் தான் அரும்பு - 43

கத்மண்டு போய்ச் சேர்ந்தேன். கத்மண்டு திருப்புவன் சர்வதேச விமான நிலையம் வசதிகள் குறைந்த பழைய கட்டடத் தொகுதியொன்றிலேயே அமைந்திருந்தது. விமானத்திலிருந்து இருக்கப்பட்டு பஸ்வண்டிகளிலேயே அழைத்துச் செல்லப்பட்டோம். விமான நிலையக் கட்டடத்தின் சில முக்கிய மான பகுதிகளில் மாத்திரமே எயார் கண்டிஷனிங் இருந்தது. மற்றப் பகுதி களில் எல்லாம் மின்விசிறிகளே கழன் றுகொண்டிருந்தன. சன நெருக்கடியும் அதிகமாக இருந்தது. குடிவரவுப் பகுதியில் நுழைவு அனுமதியைப் பெற்றுக் கொண்டு ஒருவாறு விமான நிலையத்திலிருந்து வெளியேறினேன். வெளியே எனது பெயர் தாங்கிய அட்டையொன்றை ஏந்தியவாறு ஒருவர் காத்திருந்தார். நான் அவரிடம் போய்க்கை குலுக்கின் என்னை அறிமுகப்படுத்திக் கொண்டேன். அவர் என்னை அழைத்துச் செல்வதற்கு ஏற்பாடு செய்யப்பட்டிருந்த ஒரு வாடகைக் கார்ச் சாரதி என்பது பின்னர் தெரிந்தது.

நேபாள நாட்டு மஸ்கியூலர் டிஸ்ட் ரோபி பவண்டேஷனின் பொதுச் செயலாளரான அனில்குமார் உபாத்யாய என்பவர் எனக்கு நீண்ட காலமாக அறிமுகமுள்ளவர். அமெரிக்காவிலும் நெதர்லாந்திலும் நடைபெற்ற மஸ்கியூலர் டிஸ்ட் ரோபி நோய் சம்பந்தமான மாநாடுகளில் அவரைச் சந்தித்திருக்கிறேன். அவருக்கும் எனது மகனைப் போன்று அந்நோயினால் பாதிக்கப்பட்ட மகனொருவர் இருந்தார். சில வருடங்களுக்கு முன் அந்தப் பிள்ளை இறந்துவிட்டது. அனில் குமார்தான் எனது பிரயாண ஏற்பாடு களைச் செய்திருந்தார்.

நான் தங்குவதற்கு ஏற்பாடு செய்யப்பட்டிருந்த ஹோட்டலுக்கு அந்தச் சாரதி என்னை அழைத்துச் சென்றார். கத்மண்டு தலைநகரின் வீதிகள் மிக மோசமான நிலையில் இருந்தன. எங்கு பார்த்தாலும் புழுதி கிளம்பிக்கொண்டிருந்தது. மக்களில் பலர் மூக்கையும் வாயையும் மறைத்தவாறு முகமூடி அணிந்து காணப்பட்டனர். நகரின் பிரதான பகுதிகளில்கூட பாதைகள் நேர்த்தியாக இருக்கவில்லை. சாக்கடை நீர் பாதைகளில் வழிந்தோடும் நிலையும் இருந்தது. சாரதியோடு உரையாடிப் பார்ப்போமே என நினைத்து ‘மழை பெய்வதில்லையா?’ என ஆங்கிலத்தில் பல்வேறு விதங்களில் கேட்டேன். அவர் புரிந்து கொள்ளவில்லை. பின்னர் கைகளால் சைகை காட்டிக் கேட்டேன். ஒருவாறு புரிந்து கொண்டு ‘இல்லை’ என்றார். அத்தோடு விட்டுவிடாமல் ‘மழைக்கு நேபாளி மொழியில் எப்படிச் சொல்வீர்கள்?’ என்று கேட்டேன். தலையைச் சொற்றிந்தவாறு யோசித்துவிட்டு ‘ஆம்.. நான் ஒரு நேபாளி தான்’ என்றார் அவர். அத்தோடு நான் வாயை மூடிக் கொண்டேன். கருத்துப் பரிமாற்ற விடயத்தில் நான் கஷ்டப்படப் போகிறேன் என்பது மட்டும் எனக்குப் புரிந்தது.

நேபாளத்தின் அரசு கரும மொழி நேபாளியாக இருந்தாலும் அங்கு 123 தேசிய மொழிகள் இருக்கின்றன. மைதிலி, போஜ்பூரி, தமாங் போன்ற பிரதேச மொழிகள் பரவலாகப் பேசப்படுகின்றன. ஆங்கிலம் தெரிந்தவர் களோடு மாத்திரமே நான் உரையாட முடியுமாக இருந்தது.

ஹோட்டலின் முதலாம் மாடியில் எனக்கு அறை ஒதுக்கப்பட்டிருந்தது.

அங்கு எயார் கண்டிஷனிங், டெவல்லாம் இருந்தன. ஆனால் ஒன்று கூட வேலை செய்யவில்லை. மின் விளக்குகளும் அப்படித்தான். ஏன் இப்படி என்று விசாரித்தேன். ‘பவர் கட்’ என்றார்கள். கத்மண்டுவிலும் ஏனைய பிரதான நகர்களிலும் தின மும் ஒன்பது மணிநேர மின் வெட்டு அழுவில் இருந்தது. 20 வருடங்களுக்குப் பின் கடும் கோடை நிகழ்வதாகச் சொன்னார்கள். மழை பெய்து நிலைமை சீரானாலும் தினந்தோறும் ஆக்குறைந்தது 2 அல்லது 3 மணி நேர மின் வெட்டு இருக்கத்தான் செய்யுமாம். சில பகுதிகளில் 20 மணி நேர மின் வெட்டு இருக்குமாம். நாம் இலங்கையர்கள் எவ்வளவோ பாக் கியசாலிகள் என நினைத்துக்கொண்டேன். மின் வெட்டு நேரங்களில் இன் வேர்ட்டரைப் பயன்படுத்தி அறையில் வலு குறைந்த மின்விளக்கொன்றை ஒனிர வைத்தார்கள். பாத் ரூம்கூட இருட்டில் தான். உயர்மட்ட ஹோட்டல்களில் முழுநேரமும் ஜெனரேட்டர்களைப் பயன்படுத்துகிறார்கள்.

அன்று இரவு எனக்கும் ஏனைய வெளிநாட்டுப் பிரதிநிதிகளுக்கும் பெரிய தனவந்தர் ஒருவரின் வீட்டில் விருந்தொன்று ஏற்பாடு செய்யப்பட்டிருந்தது. அந்த மனிதரின் மகன் வாகனத்தில் வந்து என்ன அங்கு அழைத்துச் சென்றார். அது நல்ல வசதியான வீடு. நுழைவாயிலில் நண்பர் அனில்குமார் என்னை அந்தத் தன வந்தருக்கு அறிமுஞ்செய்து வைத் தார். நல்ல கம்பீரமாகத் தோற்றமளித்த அவரோ என் முகத்தைக்கூட நோக்காமல் எங்கோ பார்த்தவாறு கைகளைப் பிடித்துக் குலுக்கினார். இப்

படி அலட்சியமாக இருக்கிறாரே என்று என் மனம் முனுமுனுத்தது. அவருக்கு இரண்டு கண்களும் குருடு என்பதைப் பின்னர்தான் அறிந்து கொண்டேன். அவரது சகோதரர் களும் அவரைப் போன்றே பிறவிக் குருடர்களாம். ஆனால் மிகச் சாமர்த்தியமாக வியாபாரம் செய்து முன் னுக்கு வந்திருக்கிறார் இந்த மனிதர்.

என்னோடு, ஜப்பானிலிருந்து வந்திருந்த பேராசிரியர்கள் இருவரும் அவஸ்திரேலியாவைச் சேர்ந்த ஜவரும் அங்கு அழைக்கப்பட்டிருந்தனர். அத்தோடு நேபாள் MDF அமைப்பின் தலைவர், உப தலைவர் ஆகியோர் தமது மனைவியருடன் அங்கு வந்திருந்தனர். அவர்கள் இருவரும் மருத் துவப் பேராசிரியர்கள். அவர்களை நான் ஏற்கனவே அமெரிக்காவில் சந்தித்திருந்தேன்.

விருந்து ஆடம்பரமானதாக இருந்தது. மாமிச வாசனையே இல்லாத உணவுகளாக இருந்ததால் பயமின்றி உண்ண முடிந்தது. இடையில் ஆளுக்கொரு இளநீர் வெட்டித் தந்தார்கள். அதன் தோல் உலர்ந்து வாடிப்போய்க் காணப்பட்டது. நேபாளத்தில் தென் னை மரங்கள் இல்லை. தேங்காயும் இளநீரும் இந்தியாவிலிருந்துதான் தருவிக்கப்படுகின்றன என்று சொன்னார்கள். விருந்தின் முடிவில் தமது கம்பனியின் பெயர் பதித்த 25 கிராம் வெள்ளிக் குற்றியொன்றை எம் ஒவ்வொருவருக்கும் அன்பளிப்பாகத் தந்து எம்மை அன்போடு வழியனுப்பி வைத்தார் அந்த மனிதர்.

மறுநாட் காலையில் MDF அமைப்பின் மாநாடு நடக்கவிருந்த பொகாரா என்னும் நகருக்குச் செல்ல ஏற்பா

டாகியிருந்தது. கத்மண்டுவில் இருந்து சுமார் 205 கி.மீ தொலைவில் இருந்த பொகாராதான் நேபாளத்தின் இரண்டாவது பெரிய மாநகர். அது வெளி நாட்டுச் சுற்றுலாப் பிரயாணிகளின் பிரதான போக்கிடமாக விளங்குகிறது. இமயமலைத் தொடரிலுள்ள மிக உயர்ந்த 10 சிகரங்களுள் எவ்வரெஸ்ட் உட்பட 8 சிகரங்கள் நேபாளத்திலே யே இருக்கின்றன. அவற்றுள் அன்ன பூர்ணா உட்பட மூன்று சிகரங்களை பொகாராவிலிருந்து நேரடியாகப் பார்க்கலாம். எனவே மலையேறும் ஆர்வமுள்ள வெளிநாட்டவர்கள் அங்கு வருவதில் ஆச்சரியப்பட ஒன்று மில்லை.

பொகாரா செல்வதற்காக சொகுசு பஸ் வண்டியொன்றை ஏற்பாடு செய் திருந்தார்கள். வெளிநாட்டுப் பிரதி நிதிகளும் MDF அமைப்பின் நிர்வாகி களும் உள்ளூர் உறுப்பினர்களும் சேர்ந்து சுமார் மூப்பது பேர் இப்பிரயாணத்தில் கலந்துகொண்டார்கள். கத்மண்டுவிலிருந்து பொகாராவுக்குச்

செல்லும் பிரித்திவி நெடுஞ்சாலை உலகிலுள்ள ஆபத்து மிக்க ஏழ பாதைகளுள் ஒன்று என பீமீஸீயின் இணையத்தாத்தில் வெளிவந்த கட்டுரையொன்றில் நான் வாசித்திருந்தேன். இந்தத் தகவலை நான் எனது வீட்டாரிடம் சொல்லவில்லை.

காலை 8 மணியளவில் ஆரம்பித்த பிரயாணம் பிற்பகல் 4 மணிவரை நீடித்தது. சொகுசு பஸ் என்று சொன்னாலும் இடையில் ஏ.ஸி வேலை செய்யாமற் போய்விட்டது. நெடுஞ்சாலை என்று பெயரளவில் சொன்னாலும் அது குறுகியதாகவும் நீண்டகாலம் திருத்தப்படாத நிலையிலும் இருந்தது. சில இடங்களில் பெரிய வண்டிகள் இரண்டு மாறிக்கொள்ளக் கஷ்டப்பட்டன. இரு மருங்கிலும் பெரிய பள்ளத்தாக்குகள் வாயைத் திறந்து இடறிவிழும் வாகனங்களை விழுங்கிவிடக் காத்திருந்தன. விழுந்து நொறுங்கிய வாகனங்களின் துருப் பிடித்த கூடுகள் ஆங்காங்கே தென் பட்டன. ● (மீதி அடுத்த இதழில்)

செத்த நாய்

உள்ளூர் விமானச் சேவையொன்றில் பிரயாணம் செய்வதற்காக வந்திருந்த முதிய பெண்ணொருத்தி தனது நாயையும் கூட்டோடு எடுத்து வந்திருந்ததைக் கண்டு, விமான உத்தியோகத்தர், “நாயை பிரயாணிகளின் பகுதிக்குள் அனுமதிக்க முடியாது. அதனைப் பிரயாணப் பொதிகளோடு தான் அனுப்ப வேண்டும்” என்று சொன்னார். அப்பெண்ணும் அதற்கு இணங்கினார்.

பிரயாணத்தின் முதியில் பொதிகளை இறக்கும் போது அந்த நாய் இறந்திருந்ததைக் கண்டு அந்த விமான உத்தியோகத்தர் திடுக்கிட்டுப் போனார். ‘என்ன செய்வது? கிழவி சண்டைக்கு வருவாரோ?’ என்று பயந்த அவர் உடனே தனது பணியாளோருவரைக் கடைவீதிக்கு அனுப்பி அதே போன்ற நாயையின்றை வாங்கிவிருஷ் சொன்னார். அப்பணியாளும் எப்படியோ அதே போன்ற நாயையின்றைச் சீக்கிரம் வாங்கி வந்தான். அவர்கள் செத்த நாய்க்குப் பதிலாக அந்த நாயைக் கூட்டினுள் இட்டு, முதியவள் பொதிகளைப் பெற்றுக் கொள்ள வந்த போது அவளிடம் ஒப்படைத்தனர்.

தனது நாய்க்கூட்டைப் பெற்றுக்கொண்ட கிழவி “இது எனது நாயல்ல!” என்று அடம்பிடிக்கலாணாள். “இது உங்கள் நாயல்ல என்று எப்படிச் சொல்கிறீர்கள்?” என்று தினைப்பட்டன் ணேட்டார் விமான அதிகாரி. “எனது நாய் செத்து விட்டது. அதை அடக்கம் செய்வதற்காக நான் ஊருக்குக் கொண்டு போகிறேன். இந்த நாய்க்கு உயிர் இருக்கிறதே!” என்று முக்கில் விரல் வைத்தாள் முதியவள்.



நாம் கற்றுக் கொள்வது எப்படி?



மனித மூளை புதிய தகவல்களை எப்படிக் கிரகித்துக் கொள்கிறது என்பது பற்றி 19ம் நூற்றாண்டு முதலே உளவியலாளர்கள் ஆராயத் தொடங்கினர். இவர்களின் ஆய்வுகளின் அடிப்படையில், மனிதன் எவ்வாறு புதிய விடயங்களைக் கற்றுக் கொள்கிறான் என்பதை விளக்குவதற்குப் பல்வேறு கொள்கைகள் முன்வைக்கப்பட்டன. இவற்றுள் ‘தகவல் செயன்முறைப் படுத்தல் கொள்கை’ (Information Processing Theory of Learning) என்பது பரவலாகப் பலராலும் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்டுள்ளது. 1960களில் அறிமுகப் படுத்தப்பட்டு இன்று வரை படிப்படியாக விருத்தியடைந்து வந்துள்ள இக் கொள்கையின் உருவாக்கத்திற்குப் பலர் பங்களிப்புச் செய்துள்ளனர்.

ஒரு கம்பியூட்டர் செயற்படும் முறையிலேயே மனித மூளையும் செயற்படுவதாக இக்கொள்கை விளக்குகிறது. ஒரு கம்பியூட்டர் அதற்கு ஊட்டப்படும் தரவுகளை உள்வாங்கி அவற்றைப் பிரித்தறிந்து எமக்குத் தேவையான வடிவில் தகவலாகத் தருகிறது. இந்தச் செயன்முறையைத் தான் தகவல் செயன்முறைப்படுத்தல் (Information Processing) என்கிறோம். இந்தச் செயன்முறையில் கீபோர்ட் போன்ற உள்ளீட்டுச் சாதனங்களும், கம்பியூட்டரின் நினைவுகமும் அதன் பிரதான புரோஸஸரும், முக்கிய பங்கெடுக்கின்றன.

மனிதனில் கண், காது போன்ற அவனது புலனுறுப்புக்கள் தரவுகளை உள்வாங்கும் சாதனங்களாக இருக்கின்றன. அவனது தசைகளும் சரப்பிகளும் வெளியீட்டுச் சாதனங்களாகச் செயற்படுகின்றன. ஏனைய எல்லாச் செயன்முறைகளும் மூளையைப் பிரதானமாகக் கொண்ட மைய நரம் புத்தொகுதியில் இடம் பெறுகின்றன.

நாம் விழித்திருக்கும் வேளைகளில் எத்தனையோ விதமான தகவல்கள் எமது புலனுறுப்புக்களினுடாக மைய நரம்புத் தொகுதியை வந்தடைகின்றன. பார்த்தல், கேட்டல், சுவைத்தல், தொட்டுணர்தல், மண நுகர்ச்சி ஆகிய செயற்பாடுகளின் மூலம் இத்தகவல் களை நாம் உள்வாங்குகிறோம்.

இவ்வாறு பெறப்படும் தகவல்கள் முதலில் மூளையிலுள்ள புலன் பதி வகம் (Sensory Register) என்ற பகுதி யை அடைகின்றன. இந்தப் புலன் பதி வகம் என்பது மிக மிகக் குறுகிய காலத்திற்குரிய நினைவுகமாகும். எமது புலன்களினுடாக வரும் தகவல்களும் காட்சிகளும் முதலில் இங்கே தான் தங்குகின்றன. எனினும் இங்கு தகவல் கள் ஒரு செக்கனுக்கு மேல் நிலைத் திருப்பதில்லை.

புலன் பதிவகத்துக்கு வரும் தகவல் களை நாம் இனங்கண்டு புரிந்து கொள்ளப்படாத தகவல்கள் அர்த்தமற்றவையாகப் புறக்கணிக்கப்படுகின்

ரன. ஒரே தகவலை வெவ்வேறு ஆட்கள் வெவ்வேறு விதமாகப் புரிந்து கொள்ளக் கூடும்.

ஒருவர் ஒரு குறுப்பிட்ட தகவலை புரிந்துகொள்ளும் விதம் பல காரணி களில் தங்கியிருக்கிறது. அதே போன்ற தகவலொன்றுடன் ஏற்கனவே ஏற்பட்டுள்ள பரிச்சயம், புதிய தகவலில் அவர் இடைவெளிகளை நிரப்பிக் கொள்ளும் விதம், அவர் ஏற்கனவே கற்றுக்கொண்டுள்ள ஏனைய விடயங்கள், அவரது மனவெழுச்சி நிலையும் எதிர்பார்ப்புக்களும், தகவல் உள்வாங்கப்பட்ட சந்தர்ப்ப சூழ்நிலைகள் ஆகிய காரணிகள் இவற்றுள் முக்கியமானவை.

புலன் பதிவகத்தை வந்தடைந்த தகவல் ஒரு செக்கனுக்குள் அடுத்த கட்டத்தை அடையத் தவறினால் அத் தகவல் சிதைந்து மறைந்துவிடும். இவ்வாறு புலன் பதிவகத்தினுள் சிதைந்து போன தகவலை மீளப் பெறுவது சாத்தியமில்லை.

இச்செயல் முறையின் அடுத்த கட்டம் குறுங்கால நினைவகம் (Short Term Memory- STM) என்ற பகுதியில் இடம் பெறும். புலன் பதிவகத்தில் சிதைந்து போகாத தகவல்கள் மேற்குறிப்பிட்ட குறுங்கால நினைவகத்தை அடையும். இவ்வாறு தகவலொன்று புலன் பதிவகத்தில் சிதைந்து போகாமல் அடுத்த கட்டமான குறுங்கால நினைவகத்தை அடைய வேண்டுமாயின் உடனடியாக நாம் அதன் மீது எமது கவனத்தைச் செலுத்த வேண்டும். எனவே உள்வாங்கப்பட்ட தகவலின் மீது நாம் கவனங் செலுத்தத் தவறினால் அது எம் நினைவிலிருந்து மறைந்துவிடும்.

அரும்பு - 43

எந்நேரமும் என்னற்ற தகவல்கள் புலன்களினாடாக எமது புலன் பதி வகத்தை வந்தடைகின்றன. இவற்றுள் எமக்குத் தேவையான தகவலை இனங்கண்டு அதன் மீது எமது கவனத்தைச் செலுத்துவதன் மூலமே அது அங்கு சிதைந்து போகாமல் அடுத்த கட்டத்தை அடையச் செய்யலாம். நாம் கவனம் செலுத்தத் தவறினால் அந்தத் தகவலும் புலன் பதிவகத்தினுள் சிதைவடைந்து மறைந்துவிடும்.

எனினும் ஒரு குறிப்பிட்ட கணத்தில் ஒரு குறித்த விடயத்தின் மீது மாத்திரமே நாம் கவனம் செலுத்த முடியும் என்பதைப் பல ஆய்வுகள் எடுத்துக் காட்டியுள்ளன. நாம் எவ்வளவுதான் முயன்றாலும் ஒரே நேரத்தில் இரண்டு விடயங்களில் கவனம் செலுத்த முடியாது. இது கற்றல் தொடர்பாகக் கவனிக்கப்பட வேண்டிய முக்கியமான உண்மையாகும்.

ஒரு தகவல் இனங்காணப்பட்டு, புரிந்துகொள்ளப்பட்டு, அதன் மீது கவனமும் செலுத்தப்பட்டாலே அது இச்செயன்முறையின் அடுத்த கட்டமான குறுங்கால நினைவகத்தை அடையும். இந்த குறுங்கால நினைவகத்தில்தான் எமது அன்றாட சிந்தனைத் தொழிற்பாடுகள் இடம் பெறுகின்றன. உங்கள் மனதிலே தோன்றிய ஜிதியாவொன்று திடீரென மறைந்து போன சந்தர்ப்பங்களை நினைவுட்டிப் பாருங்கள். நிச்சயமாக அந்த ஜிதியா குறுங்கால நினைவகத்திலேயே உருவாகி அங்கேயே மட்டந்து போயிருக்க வேண்டும்.

குறுங்கால நினைவகத்தில் ஒரே நேரத்தில் வைத்திருக்கப்படக்கூடிய தகவல்களின் அளவு மட்டுப்படுத்தப்

பட்டதாகவே இருக்கிறது. நேரம், தகவலின் பருமன் ஆகிய காரணிகள் குறுங்கால நினைவுகத்தின் கொள்ளளவை மட்டுப்படுத்துகின்றன.

குறுங்கால நினைவுகத்தை அடையும் தகவலொன்று அங்கு 20 செக்கன் களுக்கு மேல் நிலைத்திருக்காது. அக்கால வரையறைக்குள் அத்தகவல் தொடர்பாக நாம் செயற்பட்டால் மாத்திரமே அது அடுத்த கட்டமான நீண்டகால நினைவுகத்தை (Long Term Memory- LTM) அடைய முடியும். நீங்கள் தேடி வாசித்த தொலைபேசி என்ன ஜொன்றை உடனடியாக டயல் செய்யத் தவறினால் அது மறக்கப்பட்டுப் போய்விடுவதை அவதானித்திருப்பீர்கள்.

ஒரே நேரத்தில் 5 முதல் 7 வரையிலான தகவல் துண்டங்களை (Chunks of information) மாத்திரமே நாம் குறுங்கால நினைவுகத்தில் வைத்திருக்க முடியும். பெரும்பாலானவர்களில் இப்பெறுமானம் 7 ஆகவே இருக்கும். எனவே ஒரே கணத்தில் பல தகவல்களைப் பூருவரின் மூளையினுள் தினிக்க முயற்சிப்பது பயன் அளிக்காது.

குறுங்கால நினைவுகத்திலுள்ள தகவல் தொடர்பாக நாம் ஒத்திகை (Rehearsal) செய்து பார்ப்பதன் மூலமே அத்தகவலை அடுத்த கட்டமான நீண்ட கால நினைவுகத்தில் பதிவு செய்ய முடியும். குறுங்கால நினைவுகத்தின் 20 செக்கன் கால எல்லைக்குள் அதிலுள்ள தகவலொன்றை

நீண்டகால நினைவுகத்துக்கு அனுப்பி நிலைத்திருக்கக் கூடிய செய்வதற்காகச் செய்யப்படக்கூடிய தொழிற்பாடுகளையே ஒத்திகை என்கிறோம்.

ஒத்திகை செய்வதற்குரிய சில வழி முறைகள் பின்வருமாறு:

1. தகவலைப் பல தடவைகள் மீட்டு தல்

2. அத்தகவலை ஏற்கனவே நிலையாகப் பதிக்கப்பட்டுள்ள தகவலொன்றுடன் ஏதேனுமோரு முறையில் தொடர்பு படுத்தல்.

3. சொல் அடிப்படையில் தொடர்புகளை ஏற்படுத்தல்

4. மானசீகமான படங்களை அல்லது காட்சிகளை உருவாக்கல்

5. நினைவுட்டும் வாக்கியங்களை உருவாக்கல். (விஞ்ஞான பாடத்தில் ஆவர்த்தன அட்டவணையிலுள்ள முதல் 20 மூலக்களின் பெயர்களை முடிய நினைவில் வைக்கப் பல்வேறு விதமான வசனங்களை மாணவர்கள் உருவாக்குவதைக் கண்டிருப்பீர்கள்)

நாம் மேற்குறிப்பிட்ட முறையில் ஒத்திகை செய்யும் போது குறித்த தகவல் நீண்ட கால நினைவுகத்தில் பதியப்படுகிறது. இங்கு பதிவாகும் தகவல் கள் மிக நீண்ட காலத்திற்கு நிலைத்து நிற்கும். எமக்குத் தேவைப்படும் போது அத்தகவல்களை நாம் மீளப் பெற்றுக் கொள்ள முடியும். இரவில் நாம் நிதி திரை கொள்ளும் போதே மூளையில் தகவல் பதிவு இடம்பெறுவதாக ஆய்வு கள் எடுத்துக் காட்டியுள்ளன. ●

அதிசயப் பிறவிகள்

தனிக்கட்டைகளை விடத் திருமணம் செய்தவர்களே நீண்ட காலம் உயிர்வாழ்வதாக அண்மைக்கால ஆய்வொன்று எடுத்துக் காட்டியுள்ளது. அதே வேளை விரைவில் சாக விரும்புபவர்களும் அவர்களே.

கம்பியூட்டர் ஆண்பாலா? பெண்பாலா?

ஓர் ஆசிரியர் தனது மாணவர்களுக்குப் பிரெஞ்சு மொழியைக் கற்பித்துக் கொண்டிருந்தார். ஆங்கிலத்தைப் போலன்றி பிரெஞ்சு மொழியில் எந்தவொரு பெயர்ச் சொல்லும் ஆண்பாலாகவோ பெண்பாலாகவோ இருக்க வேண்டும் என்பதை அவர் விளக்கினார். உதாரணமாக மேசை (La table) பெண்பாலுக் குரியது. என்பதையும் புத்தகம் (Le livre) ஆண்பாலுக்குரியது என்பதையும் அவர் எடுத்துக் காட்டினார்.

இதன்படி, கம்பியூட்டர் ஆண்பாலுக்குரியதா பெண்பாலுக்குரியதா என வினியீ அவர் அதற்கான விடையைச் சொல்லாமல் வகுப்பிலிருந்த ஆண்களை ஒரு குழுவாகவும் பெண்களை இன்னொரு குழுவாகவும் பிரித்து கம்பியூட்டரை எந்தப் பாலில் சேர்க்கலாம் என்பதைச் சிபாரிசு செய்யுமாறு கேட்டுக் கொண்டார். ஒவ்வொரு குழுவும் தனது சிபாரிசுக்கு நான்கு காரணங்களையும் சுட்டிக் காட்ட வேண்டும் என்பது அவரது அறிவிறுத்தலாக இருந்தது.

கம்பியூட்டர் பெண்பாலில் சேர்க்கப்பட வேண்டும் என ஆண்கள் குழு சிபாரிசு செய்தது. அதற்கு அவர்கள் வழங்கிய காரணங்கள்:

(1) அதனைச் சிருஷ்டித்தவரைத் தவிர வேறு எவராலும் அதன் உள்ளார்ந்த தர்க்க முறையைப் புரிந்துகொள்ள முடியாது.

(2) ஒரு கம்பியூட்டர் ஏனைய கம்பியூட்டர்களுடன் தொடர்பாடப் பயன் படுத்தும் மொழியை வேறு எவராலும் கிரகித்துக்கொள்ள முடியாது.

(3) நாம் செய்யும் சிறு தவறுகளைக்கூட நீண்டகால நினைவுகத்தில் வைத் திருந்து தேவையான நேரத்தில் வெளிப்படுத்தும் வல்லமையை அது கொண்டிருக்கிறது.

(4) ஒன்றை நீங்கள் உரிமையாக்கிக் கொண்ட பின்னர் உங்கள் பணத்தில் பெரும் பகுதியை அதற்குத் துணைப் பாகங்களும் அலங்கரிப்புப் பொருட்களும் வாங்குவதற்குச் செலவிட நேரிடுகிறது.

அதேவேளை கம்பியூட்டர் ஆண்பாலில் சேர்க்கப்பட வேண்டும் எனப் பெண்கள் குழு தீர்மானித்திருந்தது. அதற்கு அவர்கள் முன்வைத்த காரணங்கள்:

(1) அவை நிறையத் தரவுகளை நினைவில் வைத்திருந்தாலும் அவற்றுக்குச் சுயமாகச் சிற்றிக்கத் தெரியாது.

(2) சிறிது நேரமேனும் செயற்படாமல் நின்றால் அவை உறக்க நிலைக்குச் சென்று விடுகின்றன.

(3) அவை உங்கள் பிரச்சினைகளுக்குத் தீர்வு தரும் என எதிர்பார்க்கப் பட்டாலும் பெரும்பாலான வேளைகளில் அவையே பெரிய பிரச்சினையாக மாறிவிடுகின்றன.

(4) ஒன்றை நீங்கள் உரிமையாக்கிக் கொண்ட பின்னர் ‘இன்னும் கொஞ்சம் பொறுத்திருந்தால் இதைவிடச் சிறந்த ஒன்றைப் பெற்றுக் கொண்டிருக்கலாமே’ என்ற உள்ளுணர்வு அடிக்கடி ஏற்படும்.

இது தொடர்பாக உங்கள் தீர்ப்பு என்ன?



LED மின் விளக்குகளால் கண்கள் பாதிக்கப்படுமா?

மின்சக்தியைச் சிக்கனமாகப் பயன் படுத்துதலும் LED வகை மின்விளக்குகள் இப்போது பரவலாகப் பயன்பட்டு வந்துள்ளன. ஒரு காலத்தில் எல் லோராலும் பயன்படுத்தப்பட்டு வந்த வெள்ளோளிரவு மின்குமிழ்கள் (Incandescent Bulbs) காலப்போக்கில் பயன்பாட்டிலிருந்து படிப்படியாக நீக்கப்பட்டு, சக்தியைச் சேமிக்க உதவும் CFL (Compact Fluorescent Lamps) வகை புளோரோளிரவு விளக்குகள் பாவனைக்கு வந்தன. இப்போது அவற்றை விடவும் சக்திச் சிக்கனமிக்க LED விளக்குகளை வீடுகளிலும் வர்த்தக நிலையங்களிலும் மக்கள் பயன்படுத்தத் தொடங்கியுள்ளனர்.

இந்நிலையில், LED விளக்குகளின் ஒளி எமது கண்களைப் பாதிக்குமா என்ற கேள்வி எழுந்துள்ளது. இதற்குக் காரணம் 2012ம் ஆண்டு ஸ்பெயின் நாட்டு மாட்ரிட் நகரிலுள்ள Complutense பல்கலைக் கழகத்தில் LED விளக்குகள் தொடர்பாக நடாத்தப்பட்ட ஆய்வொன்றாகும். LED விளக்குகளின் ஒளியானது மனிதக் கண்களின் விழித் திரையை மீண்டும் திருத்தியமைக்க முடியாத அளவுக்கு சேதப்படுத்தும் என அந்த ஆய்வு எடுத்துக் காட்டியது. இந்த ஆய்வின் முடிவுகள் *Photochemistry and Photobiology* என்ற சஞ்சிகையில் வெளியிடப் பட்டிருந்தது.

ஒளிகாலும் இருவாயிகள் (Light Emitting Diodes) என அழைக்கப்படும்

LEDக்கள் கண்ணுக்குப் புலனாகும் திருசியத்தின் நீலம் மற்றும் ஊதாப் பிரதேசத்தைச் சார்ந்த சக்திமிக்க குற்றலை களாக ஒளியை வெளியிடுகின்றன. இந்த வகை ஒளி தொடர்ச்சியாகக் கண்களை அடைந்தால் விழித்திரை சேதம் அடையும் என அந்த ஆய்வை நடத்தியவர்களுள் ஒருவரான Dr. Celia Sanchez-Ramos குறிப்பிட்டிருந்தார்.

இன்று நாம் பயன்படுத்தும் கம்பியூட்டர் மொனிட்டர்கள், மொபைல் போன்கள், டெவிலிஷன் திரைகள் முதலிய அனைத்தும் LED தொழில் நுட்பத்தையே பயன்படுத்துகின்றன. எமது கண்கள் ஒளியை நேரடியாகப் பார்க்கக்கூடிய வகையில் வடிவமைக்கப்பட்டவை அல்ல. ஒளியின் துணையுடன் பொருட்களைப் பார்க்கக் கூடிய விதத்திலேயே அவை படைக்கப்பட்டுள்ளன. இக்காலத்தில் மனிதர்கள் சராசரியாக வருடத்திற்கு 6000 மணித்தியாலங்கள் தமது கண்களைத் திறந்துவைத்திருக்கின்றனர். அதிலும் பெரும்பான்மையான நேரம் செயற்கை ஒளியிலேயே கழிக்கப்படுகிறது.

இந்நிலையில், தற்கால மனிதர்கள் கூடியகாலம் உயிர் வாழ்வதாலும், பின்னைகள் சிறுவயது முதலே இலக்ட்ரோனிக் சாதனங்களைப் பயன்படுத்தத் தோடங்குவதனாலும் கண்கள் பாதிக்கப்படுவதற்குரிய வாய்ப்பு அதிகரித்துள்ளது என்பதும் கவனிக்கப்பட வேண்டும்.

அதேவேளை, மாட்ரிட் நகர பல்கலைக் கழகத்தில் செய்யப்பட்ட ஆய்வு உரிய முறையில் திருத்தமாகச் செய்யப்படவில்லை என்றும் இதனால் அதன் முடிவுகளை ஏற்றுக் கொள்ள முடியாது என்றும் பல நிபுணர்கள் கருத்துத் தெரிவித்துள்ளனர். அந்த ஆய்வின் போது பிரயோகிக்கப்பட்ட நிபந்தனைகள் 10cm தூரத்தில் வைக்கப்பட்ட 100W வலு வுள்ள LED மின்விளக்கொன்றை 12 மணித்தியாலங்கள் தொடர்ந்து நோக்குவதற்கு ஒப்பாகும் என வண்டன் கண்நோய் மருத்துவமனை வைத்திய நிபுணர் டாக்டர் குரைஷி எடுத்துக் காட்டியுள்ளார். இந்த நிபந்தனை களின் கீழ் LED விளக்குகள் மாத்திரமன்றி மற்றெல்லா வகை விளக்கு கஞ்சம்கூட விழித்திரையைச் சேதப் படுத்தும் என்கிறார் அவர். அன்றாட நிலைமைகளில் LED விளக்குகளைப் பயன்படுத்தும் ஒருவரது கண்கள் மேற்சொன்ன அளவு ஒளிச்செறிவை எதிர்கொள்ளப் போவதில்லை.

இதற்கு முன்னர் CFL விளக்குகள் அறிமுகமான வேளையிலும் இவ்வாறு விமர்சனங்கள் கிளம்பின. CFL விளக்குகள் தீங்கு விளைவிக்கக்கூடிய அளவுக்குப் புற ஊதாக் கதிர்களை வெளிவிடுகின்றன என்பதைப் புதிய ஆய்வுகள் எடுத்துக் காட்டியுள்ளன. அதிலும் மலிவு விலைக்கு விற்கப்படும் தரம் குறைந்த விளக்குகளில் கூடிய அளவில் புற ஊதாக் கதிர்கள் வெளிவிடப்படக் கூடும். இக்கதிர்கள் எமது தோலிலே புற்றுநோய் ஏந்படக் காரணமாக வாம். எனினும் CFL விளக்கிலிருந்து 25cm ஜ் விடக் குறைந்த தூரத்தில் தொடர்ந்து 8 மணித்தியாலங்களுக்குக் கூடும் - 43

கண்களைத் திறந்து வைத்திருந்தால் தான் இத்தகைய பாதிப்பு ஏற்படும்.

LED விளக்குகள் புற ஊதாக் கதிர்களை வெளிவிடுவதில்லை. எனவே இந்த வகையில் இவை CFL விளக்குகளை விடச் சிறந்தவை. LED விளக்கு விளக்கு விளக்கு அனுகூலங்களாகப் பின்வருவன முன்வைக்கப்பட்டுள்ளன:

1. இவை புற ஊதாக் கதிர்களை வெளிவிடாத காரணத்தால் தோல் புற்றுநோய் ஆபத்து இல்லை.

2. CFL விளக்குகளை ஆட்லோட்டத்தில்(AC) பயன்படுத்தும் போது அவை விட்டு விட்டு ஒளிர்கின்றன. ஆட்லோட்டத்தின் மீற்றனுக்கு ஏற்ப ஒரு செக்கனுக்கு 50 அல்லது 60 தடவைகள் இவ்வாறு நிகழ்வதனால் அவற்றின் ஒளி தொடர்ச்சியானது போல் எமது பார்வைக்குத் தோன்றுகின்றது. எனினும் இப்படியான விட்டு விட்டு வரும் ஒளிர்வு காரணமாகத் தலைவலி, கண்களில் சிரமம், பார்வையில் அசௌகரியம் என்பன ஏற்படும். LED விளக்குகள் இவ்வாறு விட்டு விட்டு ஒளிர்வதில்லை. ஏனெனில் அவை நேரோட்டத்தில்(DC) மாத்திரமே வேலை செய்கின்றன. இதற்காக ஆட்லோட்டத்தை நேரோட்டமாக மாற்றி வழங்கும் இலக்ட்ரோனிக் சுற்றொன்று அவ்விளக்குளினுள் அமைக்கப்பட்டிருக்கும்.

3. CFL விளக்குகளில் சிறிய அளவில் இரசமும் வேறு சில பார உலோகங்களும் இருக்கின்றன. எனவே அவற்றின் ஆயுள் முடிந்த பின்னர் அவற்றை அகற்றுவதில் எச்சரிக்கையாக இருக்க வேண்டும். அவை உடைந்தால் அவற்றிலிருக்கும் பார உலோகங்கள் குழலை ஆபத்தான முறையில் மாசடையச்

செய்யலாம். LED விளக்குகளைப் பொறுத்த மட்டில் இப்படியான பிரச்சினை எதுவும் இல்லை.

4. LED விளக்குகள் தவிர்ந்த ஏணை வகை மின்விளக்குகள் சில சமயங்களில் வெடித்துச் சிதறும் ஆபத்து இருக்கிறது.

இப்போது போக்கு வரத்துச் சமிக்

ஞெ விளக்குகளிலும் LEDக்கள் பயன் படுத்தப்படுகின்றன. பிரகாசான குரிய ஒளியிலும் அவை வெகு தூரத்துக்குப் புலப்படக்கூடியனவாக இருப்பதே இதற்குக் காரணம். இதே காரணத்துக் காக வாகனங்களின் சமிக்ஞை விளக்குகளிலும் சிவப்பு விளக்குகளிலும் LED ஒளிமுதல்களை உபயோகிக்கின்றனர்.

என்ஜினியர்களும் கணக்காளர்களும்

மூன்று என்ஜினியர்களும் மூன்று கணக்காளர்களும் ஒரு மாநாட்டுக்கு ரயிலில் புறப்படத் திட்டமிட்டார்கள். ரயில் நிலையத்தில் கணக்காளர் மூவரும் ஆளுக்கொரு டிக்கட் வாங்கிக் கொண்டார்கள். அதே வேளை என்ஜினியர்கள் மூவரும் ஒரு டிக்கட் மாத்திரமே வாங்கினர். இதைக் கண்ட கணக்காளர்கள் “நீங்கள் மூன்று பேரும் ஒரு டிக்கட்டில் எப்படிப் பிரயாணம் செய்யப் போகி நீர்கள்?” என்று கேட்டனர். “பொறுத்திருந்து பாருங்கள்!” என்று பதிலளித்தார் ஓர் என்ஜினியர்.

ரயில் வண்டி வந்ததும் அதில் ஏறிக்கொண்டு கணக்காளர் மூவரும் ஆளுக்கொரு ஆசனத்தில் அமர்ந்துகொண்டனர். என்ஜினியர்கள் மூவரும் வண்டியின் கழிவறை ஒன்றினுள் புகுந்து கதவைச் சாத்திக் கொண்டனர். சிறிது நேரத்தில் டிக்கட் பரிசோதகர் வந்து டிக்கட்டுகளைப் பரிசோதிக்கத் தொடங்கினார். மூடியிருந்த கழிவறைக் கதவைத் தட்டிய அவர் “டிக்கட் பள்ளீஸ்!” என்றார். உடனே கழிவறைக் கதவு சிறிது விலகி அதனாடாக டிக்கட்டுடன் ஒரு கைவெளியே நீண்டது. அதனைப் பரிசோதித்துவிட்டுத் திருப்பிக் கொடுத்த பரிசோதகர் அப்பால் சென்றுவிட்டார். இதைக் கண்ட கணக்காளர்கள் “அடடே! இது நல்ல ஐடியா தான்” என முனைமுனைத்துக் கொண்டனர்.

எனவே மாநாடு முடிந்து திரும்பி வரும்போது கணக்காளர் மூவரும் ஒரு டிக்கட் மட்டுமே வாங்கினர். என்ஜினியர்களோ ஒரு டிக்கட் கூட வாங்கவில்லை. இதைக் கண்டு வியப்புற்ற கணக்காளர்கள் “டிக்கட் இல்லாமல் எப்படிப் பிரயாணம் செய்யப் போகிறீர்கள்?” என விளவினர். “பொறுத்திருந்து பாருங்கள்” என்ற பதில்தான் என்ஜினியர்களிடமிருந்து வந்தது.

ரயில் வண்டி வந்ததும் அதில் ஏறிய கணக்காளர்கள் ஒரு கழிவறைக்குள் புகுந்து கதவைச் சாத்திக் கொண்டனர். என்ஜினியர்களும் அடுத்திருந்த இன்னொரு கழிவறைக்குள் புகுந்து கதவை மூடிக்கொண்டனர். ரயில் புறப்பட்டுச் சிறிது நேரத்தில் என்ஜினியர் ஒருவர் தாம் ஒளிந்துகொண்டிருந்த கழிவறையில் இருந்து வெளியே வந்து கணக்காளர்கள் மறைந்திருக்கும் கழிவறையை நோக்கிச் சென்றார். அதன் கதவைத் தட்டிய அவர் ‘டிக்கட் பள்ளீஸ்’ என்றார். உடனே அக் கதவு சிறிது விலகி இடைவெளியின் ஊடாக டிக்கட்டை ஏந்திய கையொன்று வெளியே நீண்டது. அந்த டிக்கட்டை எடுத்துக்கொண்ட என்ஜினியர் விரைவாகத் தாம் இருந்த கழிவறைக்குள் புகுந்து கதவை மூடிக்கொண்டார்.



கண்களைப் பாதுகாத்துக்கொள்ளச் சில வழிகள்

ஒருவர் தனது பார்வைப் புலனை வலுவானதாகவும் ஆரோக்கியமானதாகவும் பேணிக்கொள்வதற்காகப் பின்வரும் கண் பயிற்சிகள் உதவும்:

1. கம்பியூட்டர் பயன்படுத்துபவர்கள் ஆகக்குறைந்தது 30 நிமிடங்களுக்கு ஒரு தடவையேனும் தமது பார்வையை கம்பியூட்டர் திரையை விட்டு அகற்றித் தூரத்தை நோக்கவேண்டும் அல்லது சில செக்கன்களுக்கு கண்களை மூடிக் கொண்டு அவற்றுக்கு ஓய்வு வழங்க வேண்டும். (இது தொடர்பாக 20:20:20 என்ற முறையொன்றும் இருக்கிறது. இதன்படி 20 நிமிடங்களுக்கு ஒரு தடவை 20 அடி தூரத் திலுள்ள ஏதேனுமோன்றை 20 செக்கன்களுக்கு நோக்க வேண்டும்)

2. சிலர் நீண்ட நேரத்திற்கு கண்களை இமைக்காமல் கம்பியூட்டர் திரையையே உற்று நோக்கவாறு இருப்பதால் அவர்களாது கண்கள் உலர்ந்து போகின்றன. இதைத் தவிர்ப்பதற்காக அடிக்கடி கண்களை இமைக்கப் பழக வேண்டும். கம்பியூட்டரில் தொடர்ந்து டெப் பண்ணுபவர்கள் ஒரு வரியை டெப் செய்து மூடிந்ததும் அடுத்த வரிக்குப் போக முன் கண்களை இமைக்கப் பழகுவது நல்லது.

3. எமது கண்களிலுள்ள கண்ணீர்ச் சுரப்பிகளின் வாயில்கள் தடைப்படுவதும் கண்கள் உலர்ந்து போவதற்குக் காரணமாக இருக்கலாம். இதனை ஓரளவு நிவர்த்தி செய்து கொள்வதற்காக சுடு நீரில் தோய்த்து எடுத்த டவல் ஒன்றினால் கண்களைச் சில நிமிடங்களுக்கு மூடிக்கொள்ள வேண்டும். பின்னர் கண் இமைகள் நெடுகே மிருது வாக மஸாஜ் செய்ய வேண்டும். இதனைத் தினந்தோறும் செய்வது நல்லது. ஓமேகா-3 அடங்கிய மீன் எண்ணெய் வில்லைகளை உட்கொள்வதும் கண்ணீர் சுரப்பதற்குத் துணை செய்யும்.

4. சிலருக்கு, கிட்டவுள்ள பொருளொன்றின் மீது பார்வையைக் குவிப்பது கஷ்டமாக இருக்கும். கண்ணின் வில்லையைக் குவிக்க உதவும் தசைகளில் ஏற்பட்டுள்ள பலவீனம் இதற்குக் காரணமாக இருக்கலாம். இதற்றுப் பரிகாரமாக ஒரு பேணாவை உங்கள் மூக்கிலிருந்து 40cm தூரத்தில் பிடித்துக்கொண்டு பேணா இரட்டையாகத் தெரியும் வரை அதனை மெல்ல மெல்ல உங்களை நோக்கிக் கொண்டுவர வேண்டும். இவ்வாறு மூன்று அல்லது நான்கு தடவைகள் செய்துவிட்டுக் கண்களுக்கு ஓய்வு கொடுப்பதற்காக அவற்றைச் சில நிமிடங்களுக்கு மூடிக்கொள்ளுங்கள் அல்லது தூரத்தை நோக்குங்கள். இப்பயிற்சியை அடிக்கடி செய்வது நல்லது.

5. ஒரு புத்தகத்தில் உள்ள எழுத்து வரிகளை உங்களால் வாசிக்குடியவாறு 10 - 20cm தூரத்தில் பிடித்துக் கொண்டு அவற்றைச் சிறிது நேரம் வாசியுங்கள். பின்னர் தூரத்திலே கவரில் மாட்டியுள்ள கலண்டர் போன்ற ஒன்றிலுள்ள பெரிய எழுத்துக் களை வாசியுங்கள். இவ்வாறு 10 தடவைகள் கிட்ட உள்ளதையும் தூர உள்ளதையும் மாறி மாறி வாசிக்க வேண்டும். இப்பயிற்சியைச் செய்து மூடித்த பின் சில நிமிடங்களுக்குக் கண்களை மூடிக்கொண்டு அவற்றுக்கு ஓய்வு கொடுங்கள்; அல்லது தூரத்தை நோக்குங்கள். ●

பயனுள்ள சில குறிப்புக்கள்

எலிகளைத் துரத்திட..

சமயலறையில் எலிகளின் தொல்லை அதிகமாக இருக்கின்றதா? எலி வீட்டுக்குள் வருகின்ற பாதையிலும் நடமாடக்கூடிய இடங்களிலும் மிளகுத் தூளைத் தூவி வையுங்கள். மிளகுத் தூள் நாசிக்குள் சென்றால் எலி சில நாட்களுக்கு அந்தப் பக்கமே தலை காட்டாது

கம்பியூட்டர், வொஷிங் மெஷின் போன்ற சாதனங்களின் வயர்களை எலி கொரிக்காமல் தடுப்பதற்கும் இதே வழியைக் கைக்கொள் முடியும். மிளகுத் தூளை வயர்களின் மீது தடவிவிட்டால் போதும்.

ஆடைகளில் வியர்வைக் கறையை அகற்றி

பாடசாலை மாணவர்கள் அணியும் வெண்ணிற சேர்ட், சட்டை போன்றவற்றில் வியர்வை காரணமாகக் கக்கப் பகுதிகளில் மஞ்சல் நிறக் கறை படிகிறது அல்லவா? சாதாரண முறையில் சவர்க்காரமிட்டு எவ்வளவுதான் தேய்த்துச் சலவை செய்தாலும் அசிங்கமான இந்தக் கறை நீங்குவதில்லை. இதனால் சிலர் அந்த ஆடையையே ஒதுக்கி விடுகின்றனர்.

இந்தக் கறையை நீங்குவதற்குப் பின்வரும் முறையை உபயோகித்துப் பாருங்கள். பலன் கிடைக்கும்.

பீங்கான் மற்றும் கண்ணாடிப் பாத்திரங்களைச் சுத்தமாக்கப் பயன்படும் Dish Wash திரவம், பேக்கிங் பவுடர், ஹெட்ரஜன் பெரோக்ஷைட், பாவணையிலிருந்து ஒதுக்கப்பட்ட ஒரு ரேத் பிரஷ் என்பனவே இதற்காகத் தேவைப்படும். (ஹெட்ரஜன் பெரோக்ஷைட் பார்மஸியில் கிடைக்கும்)

முதலில் கறைபாட்ட பகுதியை மேசையில் விரித்து வைத்து அப்பகுதி மீது சிறிதளவு ஹெட்ரஜன் பெரோக்ஷைட் திரவத்தை ஊற்றுங்கள். அடுத்து Dish Wash திரவத்தை அதன் மீது ஊற்றுங்கள். பின்னர் பேக்கிங் பவுடரைத் தூவி விட்டு ரேத் பிரஷ் வெளியினால் அக்கலவையைக் கறையின் மீது நன்றாக அழுத்தித் தேயுங்கள். அதன் பிறகு ஆடையை ஒரு மணித்தியாலம் அப்படியே வைத்து விட்டுச் சலவை செய்து பாருங்கள்.

கலப்படத் தேயிலையைக் கண்டறிய..

எமது நாட்டில் எவ்வளவு தரமான தேயிலை உற்பத்தி செய்யப்பட்டாலும் நாம் தரம் குறைந்த தேயிலையைத்தான் நுகர வேண்டியுள்ளது. பல இடங்களில் கலப்படம் செய்யப்பட்ட தேயிலைதான் விற்பனை செய்யப்படுகிறது.

ஹோட் ஸ்களிலும் பெரிய விடுதிகளிலும் தேநீர் தயாரித்துவிட்டு எஞ்சிய தேயிலை மண்டியைச் சேகரித்து வெய்யிலில் உலர்த்தி அதற்கு ஒரு வகைச் சாயத்தைச் சேர்க்கிறார்கள். பின்னர் அதனை நல்ல தேயிலையுடன் கலந்து விற்பனை செய்கிறார்கள்.

இவ்வாறு கலப்படம் செய்யப்பட்ட தேயிலையையும் நல்ல தேயிலையையும் பிரித்தறிவதற்கு இலகுவான வழியோன்று இருக்கிறது.

ஒட்டுத்தாள் அல்லது வடிதாள் போன்ற நீரை உறிஞ்சக்கூடிய வெள்ளைத் தாளொன்றின் மீது சிறிதளவு தேயிலையைக் குவித்து வைத்து அதன் மீது சிறிதளவு தண்ணீரை (கடுநீர் அல்ல) ஊற்றுங்கள். தேயிலைக் குவியலைச் சுற்றி தாளில் ஊறிப் பரவும் நீர் நிறமற்றதாக இருந்தால் அது தூய தேயிலை. கலப்படம் செய்யப்பட்ட தேயிலையாயின் அவ்வாறு ஊறிப் பரவும் நீரில் சாயம் கலந் திருக்கும். (ஒட்டுத் தாஞ்சுகுப் பதிலாக கைதுடைக்க உயோகிக்கப்படும் Paper Servietteஐ இதற்காகப் பயன்படுத்தலாம்.)

சிரமமின்றி நித்திரை கொள்ள

இரவில் நித்திரை வராமல் சிரமப்படுபவர்களுக்குப் பின்வரும் வழிமுறையை ஹாவார்ட் பல்கலைக் கழகத்தில் கல்வி பெற்ற Dr. Andrew என்பவர் தந்திருக்கிறார்.

படுக்கையில் சாய்ந்தவாறு ஆழமான உள்ளுச்சொன்றை தொர்ச்சியாக 4 செக்கன்களுக்கு நீட்டி உள்ளெடுங்கள். அடுத்து அதனை வெளிவிடாமல் 7 செக்கன்களுக்கு அடக்கிக் கொள்ளுங்கள். பின்னர் 8 செக்கன்களுக்கு நீட்டி மெதுவாக மூச்சை வெளிவிடுங்கள்.

இதனைத் திரும்பத் திரும்ப 3-4 தடவைகள் செய்யும் போது உங்களை அறியாமலேயே நித்திரையாகிவிடுவீர்கள். இந்த வழிமுறை ‘4-7-8 நூட்பமுறை’ (4-7-8 technique) என அழைக்கப்படுகிறது.

செக்கன்களைக் கணிப்பதற்குப் பல எளிய முறைகள் இருக்கின்றன. உதாரணமாக மனதுக்குள் ஓராயிரம், இரண்டாயிரம், மூவாயிரம், நாலாயிரம் ... என அவசரமின்றிக் கூறிக்கொள்ளும் போது 4 செக்கன்கள் குறிந்திருக்கும்.

காசா லேசா?

பிரயாண முகவர் ஒருவரைத் தேடிச் சென்ற அந்த மனிதர் தனக்கும் தனது மனை விக்கும் சென்னைக்குச் செல்வதற்கு விமான டிக்கட்டுக்கள் வேண்டும் என்று சொன்னார்.

“உங்களுக்கு வசதியான நாளில் போவதற்கு ஆசனம் ஒதுக்கித் தரலாம். ஆனால் குறித்து மனதுக்கு வேண்டும்” என்றார்.

“இல்லை! இல்லை!! 17,500 ரூபாவுக்கு டிக்கட் இருப்பதாகப் பத்திரிகையில் விளம்பரம் போட்டிருக்கிறார்களே! அது தான் வேண்டும். நாள், நேரம் பற்றிப் பிரச்சினையில்லை!” என்றார் அந்த மனிதர்.

தனது கம்பியூட்டரில் சிறிது நேரம் துலாவிப் பார்த்த பின்னர் “சரி! சனிக்கிழமை அதிகாலை 5.30 க்குப் பற்படும் விமானத்தில் இரண்டு ஆசனங்களை அந்த விலைக்கு ஒதுக்கித் தரலாம்” என்று கூறினார் பிரயாண முகவர். ‘சரி’ என்று இணங்கிய வாடிக்கையாளரும் பணத்தைச் செலுத்திவிட்டுச் சென்றார்.

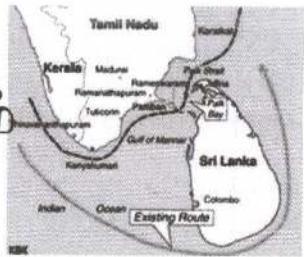
மறுநாள் மீண்டும் வந்த அந்த மனிதர் “அதிகாலைப் பிரயாணம் எனது மனைவிக்கு ஒத்து வராது. இதனை ரத்துச் செய்துவிட்டு வேறு விமானமொன்றில் ஆசனம் ஒதுக்கித் தாருங்கள்” என்று கேட்டுக் கொண்டார்.

“ஒதுக்கிய ஆசனங்களை ரத்துச் செய்வதாயின் ஆனால் குறித்து வராது. இதுவும் வரும்படி வருமே” என்று இழுத்தார் முகவர்.

“அது பரவாயில்லை 4,000 ரூபா என்ன பெரிய காசா?” என்று கேட்டார் வந்தவர்.

சேது சமுத்திரக் கப்பற் கால்வாய்த் திட்டம்

(Sethusamudram Shipping Canal Project)



இலங்கைக்கும் தமிழ்நாட்டுக்கும் இடையிலுள்ள ஆழமற்ற கடற்பரப்பு சேது சமுத்திரம் என அழைக்கப்படுகிறது. இராமர் பாலம் அல்லது ஆதமின் பாலம் (Adam's bridge) என்று அழைக்கப்படும் சண்ணாம்புப் பாறை களின் தொடரோன்று சேது சமுத்திரத்துக்குக் குறுக்காகக் காணப்படுகிறது.

சேது சமுத்திரத்தின் ஆழமற்ற தன்மை காரணமாக பாக்கு நீரிணையின் (Palk Strait) ஊடாகக் கப்பல்கள் செல்ல முடியாதிருக்கிறது. சிறிய வள்ளங்களும் படகுகளுமே இந்தியாவுக்கும் இலங்கைக்கும் இடையிலான கடற் போக்குவரத்துக்குப் பயன்படுத்தப்பட்டு வந்துள்ளன. கப்பல்கள் இந்தியாவின் கிழக்குக் கரையிலிருந்து மேற்குக் கரையை அடைய வேண்டுமாயின் இலங்கையைச் சுற்றியே செல்லவேண்டி இருக்கிறது. ஆபிரிக்க, மத்திய கிழக்கு மற்றும் ஐரோப்பியத் துறைமுகங்களிலிருந்து வரும் கப்பல்கள் இந்தியாவின் சென்னை, விசாகப்பட்டனம், கல்கத்தா போன்ற துறைமுகங்களை அடைய வேண்டுமாயின் இந்த சுற்றுப் பாதையையே உபயோகிக்க வேண்டி இருக்கிறது.

எனவே பாக்கு நீரிணைக்கும் மன்னார் வளைகுடாவுக்கும் இடையில் உள்ள சமார் 83 கிலோ மீட்டர் தூரத்துக்கு ஆழமான கால்வாயைங்கறைக் கடலில் தோண்டுவதன் மூலம் கப்பல்

கள் இலங்கையைச் சுற்றிச் செல்லாமல் கிழக்குக்கும் மேற்குக்கும் இடையில் நேரடியாகப் போக்குவரத்துச் செய்ய வசதி ஏற்படும். இது பற்றிய யோசனையை முதன்முதலாக 1860ம் ஆண்டில் சமர்ப்பித்தவர் Alfred D. Taylor என்ற பிரிடிஷ்காரர் ஆவார். இந்த யோசனை பல தடவைகள் பரிசீலனைக்கு எடுக்கப்பட்ட போதிலும் பல்வேறு காரணங்களுக்காக அழுல்படுத்தப்படவில்லை.

சேது சமுத்திரத் திட்டத்துக்கான கமிட்டியைங்கிற 1955இல் இந்திய அரசாங்கம் நியமித்ததோடு இத்திட்டம் பற்றி ஆராய்ந்து சிபாரிசுகளைச் சமர்ப்பிக்குமாறு அதனைப் பணித்தது. திட்டத்திற்கான பண்ச்செலவு, அதனால் விளையைப் போகும் பயன் என்பவற்றை ஆராய்ந்த அந்தக் கமிட்டி இத்திட்டம் நடைமுறைச் சாத்தியம் உள்ளது என உறுதிப்படுத்தியது.

அதன் பின்னர் இது தொடர்பாகப் பல பிரேரணைகள் முன்வைக்கப்பட்ட போதிலும் செயல்ரீதியாக எதுவுமே நடக்கவில்லை. இறுதியில், 2005 ஜூலை 2ம் திகதி அப்போதைய பிரதமர் மன்மோகன் சிங்கின் அரசாங்கம் இத்திட்டத்தை உத்தியோகபூர்வமாக அங்குரார்ப்பனம் செய்து வைத்தது.

இக்கால்வாய் தோண்டப்பட்டால் இந்தியாவின் கிழக்கு - மேற்குத் துறை முகங்களுக்கு இடையிலான கப்பல் பிரயாண நேரம் சராசரி 10-12 மணித்

தியாலங்களால் குறையும் என எதிர் பார்க்கப்படுகிறது. அதே வேளை இக் கால்வாய்த்திட்டம் அழுல்படுத்தப் பட்டால் வரலாற்று மற்றும் கலாசார முக்கியத்துவம் மிக்க இராமர் பாலத் துக்குச் சேதம் ஏற்படும் என்ற காரணத் தினால் இந்துசமய அமைப்புக்கள் பல இதற்குக் எதிர்ப்புத் தெரிவித்தன.

அதேவேளை, இக்கால்வாய்த் திட்டத்தினால் அக்கடற்பிரதேசத்தின் குழல் சமநிலை குலைக்கப்பட்டு அங்குள்ள பவளப் பாறைகளும் அழிக்கப் படலாம் எனச் குழல் பாதுகாப்பு இயக்கங்கள் சுட்டிக்காட்டின. இராமேஸ்வரப் பகுதியைச் சேர்ந்த மீனவர்கள் மீன்பிடிப்புக்காகச் சேது சமுத் திரப் பகுதியையே நம்பியிருக்கின்றனர். எனவே இத்திட்டத்தினால் தமது தொழில் பாதிக்கப்படும் என அவர்களும் ஆட்சேபித்தனர்.

அத்தோடு, கால்வாய் தோண்டும் போது அகழ்ந்தெடுக்கப்படும் மன்னும் பாறைகளும் கடவின் ஆழமான பகுதிகளில் குவிக்கப்பட்டால் அப்பிரதேசங்களில் வாழும் 400க்கு மேற்பட்ட கடலுயிர் இனங்களுக்குத் தீங்கு ஏற்படலாம் என்பதும் சுட்டிக் காட்டப்பட்டுள்ளது.

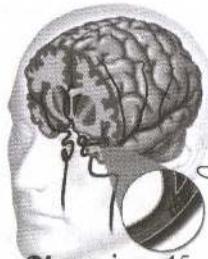
இராமர் பாலம் உள்ள பிரதேசத்தைத் தொடாமல் கால்வாயை அகழ்வதற்கு ஏற்ற மாற்றுத் தீர்வொன்றைச் சமர்ப்பிப்பதற்காக ஆறுபேர் கொண்ட குழுவொன்றைப் பிரதமர் மன்மோகன் சிங் நியமித்தார். ‘இத்திட்டம் பொருளாதார நோக்கிலும் குழல் அடிப்படையிலும் செயல்முறைச் சாத்தியம் அற்றது’ என அக்குழு அறிக்கை சமர்ப்பித்தது. எனினும், அக்குழுவின் அறிக்கையை நிராகரித்த இந்திய அரசாங்கம் சேதுசமுத்திரக் கப்பற் கால அரும்பு - 43

வாய்த் திட்டத்தை முன்னெடுத்துச் செல்லத் தீர்மானித்தது.

ஆரம்பத்தில் இக்கால்வாய்த் திட்டத்திற்கான செலவு இந்திய ரூபாவில் 24,700 கோடி என மதிப்பீடு செய்யப் பட்டிருந்தது. தற்போது அது 32,500 கோடி ரூபாவாக உயர்ந்துள்ளது. தற்போதைய திட்டத்தின்படி கால்வாய் தோண்டப்பட்டால் 30,000 தொன் என விடக் குறைந்த நிறையுள்ள கப் பல்கள் மாத்திரமே அதனாடாகப் பிரயாணம் செய்ய முடியுமாக இருக்கும். எனினும், தற்போதைய பெரிய கப் பல்களில் பெரும்பாலானவற்றின் நிறை 60,000 தொன்னைத் தாண்டிய தாகவே இருக்கின்றது. எனவே நவீன கப்பல்களும் 150,000 மெட்ரிக் தொன் என விடக்கூடுதலான நிறை கொண்ட தற்கால எண்ணெய் தாங்கிக் கப்பல் களும் இக்கால்வாயைப் பயன்படுத்த முடியாதிருக்கும்..

எப்படியோ சேது சமுத்திரக் கால்வாய் தோண்டப்பட்டு பயன்பாட்டுக்கு வந்தால் கொழும்புத் துறைமுகத் தின் வருவாயும் முக்கியத்துவமும் வீழ்ச்சியடையலாம். அதேவேளை, பிரயாண தூரம் குறைவதனால் கப்பல் உரிமையாளர்களுக்குப் பெரிய அனுகூலம் எதுவும் கிடைக்கப் போவதில்லை.

இராமர் பாலத்தைத் தொடாமல் தனுஷ்கோடிப்பகுதியினுடாகச் செல்லக்கூடியவாறு கால்வாயைத் தோண்டுவது தொடர்பாக குழல் பாதிப்பு பற்றிய அறிக்கை கிடைக்கும் வரை இத்திட்டம் ஒத்திவைக்கப்பட வேண்டும் என 2010 ஏப்ரலில் இந்திய சப்ரீம் கோர்ட் ஆணையிட்டது. அதன் பின் எதுவும் ஆக்கபூர்வமாக நடந்ததாகத் தெரியவில்லை. ●



முளைத் தாக்கு (Stroke)

எற்பட்டுள்ளதை

அறிந்து கொள்வது எப்படி?



அவருக்கு 45 வயது இருக்கும். நேர்த்தியாக உடையனின்து மிகுந்த உற்சாகத்துடன் அந்த இரவு விருந்தில் பங்குபற்றிக் கொண்டிருந்தார். சாப் பிட்டுவிட்டுக் கை கழுவுவதற்காக எழும்பிச் சென்றபோது திடீரென விழுந்து விட்டார். பக்கத்திலிருந்தவர் கள் விரைந்து சென்று அவரைப் பிடித்து எழுப்பினார்கள். நிமிர்ந்து நிற்கும் போது அவர் சற்றுத் தடுமாறி னார். ‘என்ன நடந்தது? தலை சுற்றி யதா? வைத்தியிரிடம் போவோமா?’ என நண்பரொருவர் கேட்ட போது ‘அப்படியொன்றுமில்லை; புதுச் சப்பாத்து சற்றுச் சறுக்கிவிட்டது. அவ்வளவுதான்’ என்று கூறிவிட்டுப் புன்னகை புரிய முயற்சித்தார்.

அவரது பேச்சிலும் சிறிது தடுமாற்றம் காணப்பட்டது. எனினும் அவர் மழுமை போல் உற்சாகமாக இருந்தார். நீர் அருந்தும்போது அவரது கைகள் நடுங்குவதை நண்பர் அவதானித்தார். எனவே அவரைத் தனியே திரும்பிச் செல்ல விடாது நண்பர் தன் காரிலேயே ஏற்றிக்கொண்டு அவரது வீட்டில் இறக்கிவிட்டு வந்தார். மறுநாட்காலையில் அவர் வைத்தியசாலையில் அனுமதிக்கப்பட்டதாகவும் அவருடைய முளை பாதிக்கப்பட்டுள்ளதால் அவரது நிலைமை மோசமாக இருப்பதாகவும் தகவல் வந்தது. நண்பர் சென்று

பார்த்தபோது அவர் சய உணர் விண்றிக் காணப்பட்டார். சில நாட்களின் பின்னர் அவர் இறந்து போனதாகச் செய்தி வந்தது

அந்த விருந்தின் போது அவருக்கு ஏற்பட்டது முளைத்தாக்கு (Stroke) என வைத்தியர்கள் கூறினர். முளைக்கு வழங்கப்படும் குருதியின் ஓட்டத்தில் ஏதேனும் தடை ஏற்பட்டு முளையின் செயற்பாடு பாதிக்கப்படும் நிலையே Stroke (முளைத்தாக்கு) எனப்படுகிறது. முளைக்குக் குருதியை வழங்கும் குருதிக் குழாய்களில் குருதிக் கட்டிகள் காரணமாக அடைப்பு ஏற்படுவது அல்லது அவ்வகைக் குழாயொன்றின் சுவரில் பினவு ஏற்பட்டுக் குருதி முளைக்குள் கசிவது இந்த நிலைமைக்குக் காரணமாக அமையலாம்.

இவ்வாறு முளைத்தாக்கு ஏற்பட்ட ஒருவரைத் தாமதபின்றி 2 அல்லது 3 மணித்தியாலங்களுக்குள் வைத்தியசாலையில் அனுமதித்துச் சிகிச்சை வழங்கினால் முளைக்கு ஏற்படப் போகும் சேதத்தைத் தவிர்த்துக் கொள்ள வும் பாதிக்கப்பட்டவர் துரிதமாகச் சாதாரண நிலைக்கு மீளவும் முடியும் என வைத்திய நிபுணர்கள் கூறுகின்றனர்.

எனவே, ஒருவருக்கு உண்மையில் முளைத்தாக்கு ஏற்பட்டிருக்கிறதா என்பதை உடனடியாக அறிந்து

கொள்வது அவசியமாகிறது. சில வேளைகளில் மூனைத்தாக்கின் அறி குறிகளை இனங்கண்டுகொள்வது எனிதான்தாக இருக்காது. அப்படியான நிலையில் உடனடிச் சிகிச்சை கிடைக்காமலேயே அவர் பக்கவாத (பாரிசவாத) நோயாளியாக மாறிவிட நேர்கிறது. பக்க வாதத்தின் (Hemiplegia) காரணமாக உடலின் ஒரு பக்கம் சார்ந்த அவயவங்கள் செயலிழந்து போகின்றன. மூனைக்கு ஏற்படும் பாதிப்பு பாரதாரமானதாக இருந்தால் உயிருக்கும் ஆபத்து ஏற்படலாம்.

ஒருவருக்கு மூனைத்தாக்கு ஏற்பட்டுள்ளதா என்பதை அறிந்து கொள்வதற்கென 4 எனிய செயல்முறை களைத் தற்கால நரம்பியல் நிபுணர்கள் முன்வைத்துள்ளனர். இவற்றை ஒவ்வொருவரும் அறிந்து வைத்திருப்பது அவசியம். அவற்றைக் கீழே தருகிறோம்.

1. புன்னகை புரியுமாறு அவரை ஏவுங்கள்

மூனைத்தாக்கு ஏற்பட்டிருந்தால் அவரால் சாதராண முறையில் புன்னகை புரிய முடியாது. அவரது புன்னகை விகாரமானதாக இருக்கும்.

2. ஒர் எனிய வாக்கியத்தைச் சொல் மூலமாறு அவரிடம் வேண்டுங்கள். அவ்வாக்கியத்தைத் திருப்பித் திருப்பிச் சொல்லுமாறு பணியுங்கள்.

இப்படியான வாக்கியமொன்றைக் கூறச் செய்வதற்காக அவரிடம் தகுந்த கேள்வியோன்றை நீங்கள் கேட்கலாம்.

மூனைத்தாக்கு ஏற்பட்ட ஒருவர் சொற்களைத் தொகுத்துத் தொடரா கப் பேசுவதற்கு அதிகச் சிரமப்படுவார்.

3. அவரது கைகள் இரண்டையும் தலைக்கு மேலே உயர்த்துமாறு கூறுங்கள்.

மூனைத்தாக்கு ஏற்பட்டிருந்தால் இதனை ஒழுங்காக நிறைவேற்ற முடியாமற் போகும். ஒவ்வொரு கையின் அசைவும் வித்தியாசமாக இருக்கும். இரு கைகளையும் சமமாக உயர்த்த மாட்டார்.

4. நாக்கை வெளியே நீட்டுமாறு கூறுங்கள்

அவரது நாக்கு நேராக இல்லாது ஒரு பக்கமாகச் சரிந்து காணப்பட்டால் அது மூனைத்தாக்கைச் சுட்டிக் காட்டும் தெளிவான அறிகுறியாக இருக்கும்.

மேலே குறிப்பிடப்பட்ட செயற் பாடுகளுள் ஏதேனும் ஒன்றை நிறைவேற்ற அவர் சிரமப்பட்டால் அவரை உடனடியாக வைத்தியசாலையில் அனுமதிப்பது அவசியம். இதில் கால தாமதம் கூடாது. ●

அதனால்தான்

எல்லோரும் ஒன்றாக அமர்ந்து சாப்பிட்டுக்கொண்டிருக்கும் போது “அப்பா, நாம் பூச்சி பழுக்களைச் சாப்பிடலாமா?” எனக் கேட்டான் அந்தச் சிறுவன்.

“சாப்பிடும் போது இப்படி அறுவறுப்புத் தரும் பேச்கக்கள் பேசக்கூடாது என்று எத்தனை முறை சொல்லியிருக்கிறேன். சாப்பிட்டு முடிந்த பின் பேசலாமே” என்றார் தந்தை. சிறுவன் அதன் பிறகு வாய் திறக்கவில்லை.

சாப்பிட்டு முடிந்த பின் “நீ ஏதோ கேட்டாயே. அதென்னா?” எனக் கேட்டார் தந்தை.

“உங்கள் குப்பிலே ஒரு பூச்சி இருப்பதைக் கண்டேன்.. அதனால் தான் கேட்டேன். பின்னார் அதைக் காணவில்லை” என்றான் அந்தச் சிறுவன்.



ஈபோ -eBay

இன்டர்நெட் ஊடாகப் பண்டங்களை விற்பதும் வாங்குவதும் இன்று பலரும் விரும்பி நாடுகின்ற வணிகமுறையாக விளங்குகிறது. இந்த வித வணிகத்தில் இரு பிரதான வகைகள் காணப்படுகின்றன. வர்த்தக நிறுவனங்கள் தாம் விற்பனை செய்யும் பண்டங்களை இன்டர்நெட் ஊடாக நுகர் வோர் கொள்வனவு செய்வதற்கு வசதியான முறையில் வெப்தளங்களை அமைத்துச் செய்தபடுவது ஒரு வகை. இப்போது நமது நாட்டிலும் நூற்றுக்கணக்கான வர்த்தக நிறுவனங்கள் இம்முறையைக் கைக்கொள்கின்றன.

இப்படியான கம்பனியைன்றின் வெப்தளத்தை எவரும் இன்டர்நெட் மூலம் அணுகலாம். அதில் விற்பனைக்குள்ள பண்டங்களின் படம், விபரம், விலை, அனுப்பிவைப்பதற்குரிய கட்டணம் என்பன குறிப்பிடப்பட்டிருக்கும். எமக்குத் தேவையான பண்டத்தைத் தெரிவு செய்து அதற்குரிய கட்டணத்தை கிரெடிட் கார்ட் மூலம் அல்லது அங்கீகரிக்கப்பட்ட வேறு முறையொன்றின் மூலம் செலுத்திய பின் குறித்த கம்பனி அப்பண்டத்தை எமது விலாசத்துக்கு அனுப்பி வைக்கும்.

விற்பனையாளருக்கும் நுகர்வோருக்கும் இடையில் இன்டர்நெட் ஊடாகத் தொடர்பை ஏற்படுத்திக் கொடுத்து சில விதிமுறைகளுக்கு அமைய விற்பனையையும் கொள்வன

வையும் நெறிப்படுத்தி பண்டங்களையாரும் வாங்கவோ விற்கவோ உதவி புரியும் நிறுவனங்கள் இரண்டாம் வகையில் அடங்குகின்றன. விற்பனையாளர்களிடமிருந்து அறவிடப்படும் கட்டணங்களே இக்கம்பனிகளுக்கு வருமானமாக அமையும். இந்த வகையைச் சேர்ந்த பல்தேசியக் கம்பனிகளுள் ஈபோ (eBay) முக்கிய இடத்தைப் பெறுகிறது.

பொது மக்களும் வர்த்தக நிறுவனங்களும் இன்று eBayஇன் ஊடாக பலதாப்பட்ட பண்டங்களை வாங்க வேம் விற்கவும் செய்கின்றனர். eBay மூலம் தனியாட்களோ நிறுவனங்களோ பண்டங்களை விற்க அல்லது ஏலத்தில் விட முடியும். ஆரம்பத்தில் காலக்கெடு விதிக்கப்பட்ட ஏலவிற்பனைகள் (Auctions) மாத்திரமே eBay யில் இடம் பெற்றன. பின்னர் 'Buy It Now' என்ற உடனடிக் கொள்வனவு முறையும் ஆரம்பிக்கப்பட்டது.

இந்த online விற்பனைத்தளம் முதலே Auction Web என்ற பெயரில் 1995 செப்டம்பரில் கலிபோர்னியா மாநிலத்திலுள்ள San José நகரில் ஆரம்பிக்கப்பட்டது. பிரான்ஸில் பிறந்த ஈரானிய அமெரிக்கரான Pierre Omidyar என்ற கம்பியூட்டர் புரோக்ராமர் இதனைத் தனது தனிப்பட்ட வெப்தளத்தின் ஒரு பகுதியாக ஆரம்பித்தார். (இவரது பாரசீக மொழிப் பெயர் பீர் முராத் உமைத்யார் என்பதே. அவருக்கு

குப்பெற்றார் இட்ட பெயர் பர்வேஸ்

முதற் தடவையாக அவரது வெப் தளத்தில் ஏலமிடப்பட்ட பொருட் கருள் பழுதடைந்த லேஸர் பொயின்டர் (Laser Pointer) ஒன்றும் அடங்கி யிருந்தது. அதனை ஒருவர் 14.83 டொலர்களுக்கு வாங்கிக்கொண்டார். இதைக் கண்டு வியப்படைந்த உமைத் யார் அதனை வாங்கிய நபருடன் தொடர்பு கொண்டு அந்த லேஸர் பொயின்டர் பழுதடைந்தது என்ற குறிப்பை அவர் கவனிக்கவில்லையா என விணவினார். அதற்கு அந்த நபர் “என்னுடைய பொழுது போக்கு பழுதடைந்த லேஸர் பொயின்டர் களைச் சேகரிப்பதுதான்” என்றாராம். இந்த விற்பனையால் ஊக்கமடைந்த உமைத்யார் தனது Auction Web என்னும் வெப்தளத்தை மேலும் விருத்தி செய்ய முயற்சித்தார்.

ஆரம்பத்தில் இந்த வெப்தளம் உமைத்யாரின் Echo Bay Technology Group என்ற நிறுவனத்துக்கே சொந்த மாக இருந்தது. ஏல் விற்பனைக்கான தனி வெப்தளமொன்றை echobay.com என்ற பெயரில் பதிவுசெய்துகொள்ள உமைத்யார் நாடினார். எனினும் அப் பெயர் ஏற்கனவே வேறு ஒரு கம் பனிக்கு ஹரித்தாக இருந்ததால் அவரது நோக்கம் கைகூடவில்லை. வேறு வழி யின்றி அவர் ebay.com என்ற பெயரைத் தேர்ந்தெடுத்தார். இவ்வாறு 1997 செப்டம்பரில் ebay செயற்பட ஆரம் பித்தது.

அடுத்த ஆறு மாதங்களுக்குள் சுமார் ஐந்து லட்சம் பேர் ebayஇன் சேவைகளைப் பயன்படுத்தலாயினர். அப்போது அங்கு 30 பேர் ஊழியர் களாகப் பணியாற்றினர். அதன் வருட அரும்பு - 43

வருமானம் 6 மில்லியன் டொலர் களை எட்டியிருந்தது. 1998 செப்டம்பரில் ebay தனது பங்குகளை பொது மக்களுக்கு விதியோகித்து பொதுக் கம்பனியைன்றாக மாறியது. 18 டொலர்களாக மதிப்பிடப்பட்டிருந்த ebayஇன் பங்குகள், பங்கு விற்பனை ஆரம்பித்த முதல் நாளிலேயே 53.50 டொலர் வீதம் பங்குச் சந்தையில் விலை போயிற்று. இதனால் உமைத் யார் திடர்க் கோடைவராக மாறி னார்.

தந்து வருடங்களில் ebay உலகளா வியர்த்தியில் விரிவடைந்தது. அதனைப் பயன்படுத்துவோரின் தொகை பல நூறு மில்லியன்களாகப் பெருகியது. அதில் பணிபுரிபவர்களின் எண்ணிக் கையும் 15,000ஐத் தாண்டியது. கம்பனி யின் வருட வருமானம் 8 மில்லியன் டொலர்களை நெருந்கியது.

தற்போது 30 நாடுகளில் ebayஇன் கிளைகள் செயற்படுகின்றன. 1998 முதல் இதுவரை 50க்கு மேற்பட்ட வேறு கம்பனிகளை ebay தன் வசமாக்கிக் கொண்டுள்ளது. இவற்றுள் அதிக மானவை ஏல் விற்பனையோடு சம் பந்தப்பட்டவை. இவ்வாறு ebay கொள்வனவு செய்த கம்பனிகளுள் Skype, PayPal என்பன குறிப்பிடத் தக்கவை. எனினும் 2010ம் ஆண்டு Skype நிறுவனத்தை ebay விற்றுவிட்டது. 2002இல் கொள்வனவு செய்யப்பட்ட PayPal என்னும் பணப் பரிமாற்றச் சேவை வழங்கும் நிறுவனம் இப் போது ebayஇலிருந்து பிரிக்கப்பட்டு தனிக் கம்பனியாகச் செயற்படுகிறது.

இப்போது குண்டுசி முதல் பாரிய யந்திரங்கள் வரை எல்லா விதமான பொருட்களையும் eBayஇல் கொள்

வனவு செய்ய முடியும். எனினும் போதைப் பொருட்கள், மதுபானம், ஆட்கொல்லும் ஆயுதங்கள், ஆபாச மான பண்டங்கள், இன மதத் துவே ஷங்களைத் தூண்டிவிடக் கூடிய பொருட்கள், பில்லி குளியம் போன்ற மூட நம்பிக்கைகளை ஊக்குவிக்கும் பண்டங்கள் முதலியவற்றின் விற் பண்ணை eBay முற்றாகத் தடை செய்துள்ளது. சில சமயங்களில் பிரச் சினைக்குரிய பண்டங்களும் eBayஇல் விற்பனைக்காக முன்வைக்கப்பட்டது உண்டு. உதாரணமாக, 1999இல் ஒருவர் தனது சிறுநீரகமொன்றை eBayஇல் விற்பதற்கு முனைந்தார். குறும்புக் காகத் தனி நபர்களையும் முழு நகரங்களையும் இவ்வாறு விற்பதற்குச் சிலர் சமர்ப்பித்த சந்தர்ப்பங்களும் உண்டு. எனினும் தனது விதி முறைகளுக்கு முரணான பண்டங்களை eBay உடனடியாக நீக்கிவிடும்.

ஒருவர் எவ்விதக் கட்டணமுமின்றி eBayஇன் பயன்பாட்டாளராகத் தன் ணைப் பதிவு செய்து கொள்ளலாம். அவ்வாறு பதிவு செய்யாமலே ஒருவர் தனக்குத் தேவையான பொருளை eBayஇன் வெப்தளத்தில் தேடிக் கொள்வனவு செய்யலாம். எனினும் பணம் செலுத்துவதற்காக PayPal நிறுவனத்தில் உறுப்பினராகப் பதிவு செய்து கொள்வது நல்லது. ஏனெனில் பெரும்பாலான விற்பனையாளர்கள் PayPal ஊடாகப் பணம் அனுப்புமாறு அறிவுறுத்துகின்றனர். இதையே eBay யும் சிபாரிசு செய்கிறது. PayPal அங்கத் துவம் இல்லாத நிலையில் கிரெடிட் கார்ட் மூலமோ Western Union மூலமோ அல்லது வங்கிக் காசோலை மூலமோ பணம் செலுத்தும் வாய்ப்

பைச் சில விற்பனையாளர்கள் வழங்குகின்றனர். ஆனால் இந்த முறைகள் PayPal போல் பாதுகாப்பானவை அல்ல. பொருள் கொள்வனவு செய் வோரிடமிருந்து eBay எவ்விதக் கட்டணத்தையும் அறவிடுவதில்லை.

பண்டம் எதனையும் eBayஇன் ஊடாக விற்பனை செய்ய வேண்டுமாயின் eBayஇல் தம் பெயரைப் பதி செய்து கொள்வது அவசியம். பின்னர் அப்பொருளைத் தெளிவாகக் காட்டும் படங்களோடு, அது பற்றிய விபரங்கள், எதிர்பார்க்கப்படும் விலை, ஏனைய (பொது செய்தல், தபாலில் இடுதல் போன்ற) கட்டணங்கள் முதலியவற்றையும் தெளிவாகக் குறிப்பிட்டு eBayவெப்தளத்தின் விற்பனைப் பட்டியலில் சேர்க்க வேண்டும். இவ்வாறு பட்டியலில் சேர்க்கும் போது முதல் 50 பண்டங்களுக்கும் பட்டியலிடும் கட்டணம் எதுவும் அறவிடப்பட மாட்டாது. அதற்கு மேலதிகமான பண்டங்கள் ஒவ்வொன்றுக்கும் ஒரு குறிப்பிட்ட தொகை கட்டணமாக அறவிடப்படும். அப்பொருள் விற் பனை செய்யப்பட்டால் விற்பனை விலையில் ஒரு குறிப்பிட்ட சதவீதம் விற்பனைக் கட்டணமாக eBayஇற்குச் செலுத்தப்பட வேண்டும். இது பற்றிய சக்ல அறிவுறுத்தல்களும் அந்த வெப்தளத்தில் உள்ளன.

எமது நாட்டில் வசிப்பவர்களைப் பொறுத்தமட்டில் eBayஇனுடாக விற்பனை செய்வதில் சில பிரச்சினைகள் உள்ளன. ஏனெனில், PayPal ஊடாகப் பணம் செலுத்தும் வசதி இலங்கையர்களுக்கு இருந்தாலும் அதனுடாகப் பணம் பெற்றுக்கொள்ளும் வாய்ப்பு இதுவரை வழங்கப்பட அரும்பு-43

வில்லை. இது பற்றி நாம் விசாரித்த போது வெகு விரைவில் இக்குறையை நீக்க முயற்சிப்பதாக PayPal அறிவித திருந்தது.

விற்பனையாளர்கள், கொள்வனவு செய்வோர் ஆகிய இரு சாராளினதும் நலன்களைப் பேணுவதற்காக ebay பல விதி முறைகளைக் கண்டிப்பாக அமுல் நடத்துகிறது. இரு சாராருக்கும் அவர்கள் செயற்படும் விதத்திற்கேற்பப் புள்ளிகளும் தரங்களும் வழங்கப்படுகின்றன. இவற்றிலிருந்து ஒருவர் எந்த அளவுக்கு நம்பகமானவர் என்பதை மற்றவர்கள் ஊகித்துக் கொள்ளலாம். அத்தோடு வாங்குபவரும் விற்பவரும் பரஸ்பரம் ஒருவரைப் பற்றி மற்றவர் தமது நல்லிப்பிராயத்தையோ கண்டனத்தையோ பதிவு செய்வதற்கும் வாய்ப்பு வழங்கப்பட்டுள்ளது. இதனால் தமது நற்பெயர்கெடக்கூடாது

என்பதற்காக இரு சாராரும் பொறுப் போடு நடந்து கொள்ள முயற்சிப்பர். எனினும் ebayஇல் திடீரெனத் தோன்றித் திடீரென மறைந்து போகும் நபர் களும் ஆயிரக் கணக்கில் உள்ளனர். இப்படியானவர்கள் ஏமாற்று வேலை களில் ஈடுபடுவதற்கு வாய்ப்புண்டு. எனவே நீண்ட காலமாகத் தம் நற்பெயரைக் காத்துக்கொண்டு செயற் படுபவர்களோடு கொடுக்கல் வாங்கல் செய்வது பாதுகாப்பானதாக இருக்கும்.

இரு சாராருக்கும் இடையிலே பிணக்குகள் ஏற்படும் சமயங்களில் ebayக்கு முறைப்பாடு செய்யலாம். அவ்வாறான சந்தர்ப்பங்களில் விசாரணைகளை நடத்திப் பிணக்கைத் தீர்த்து வைப்பதில் ebay அதிக கரிசனை காட்டுகிறது. ●

அதுதான் காரணம்

அடுத்த வீட்டுக்குப் புதிதாகக் குடிவந்துள்ள பெண் தான் சலவை செய்த ஆடைகளைக் கொடியில் உலரப் போடுவதைத் தனது கண்ணாடி யன்னலுடாகப் பார்த்துக் கொண்டிருந்த மேரி, யன்னல் அருகில் அமர்ந்து பத்திரிகை வாசித்துக்கொண்டிருந்த தன் கணவனைப் பார்த்து, “அங்கே பாருங்க.. அந்தப் பெண் காயப் போடுகிற ஆடைகளில் எவ்வளவு அழுக்கு இருக்கிறது. அவளுக்கு ஒழுங்காகச் சலவை செய்யக்கூடத் தெரியாது போல் இருக்கிறது” என்றாள். அதைக் காதில் போட்டுக்கொள்ளாதவர் போல் வாசிப் பதில் ஈடுபட்டிருந்தான் கணவன்.

மறுநாட் காலையிலும் யன்னல் கண்ணாடியுடாகப் பார்த்துக்கொண்டிருந்த மேரி, “இன்றைக்கும் அப்படித்தான். அவள் சலவை செய்த ஆடைகளில் நிறைய அழுக்குத் தெரிகிறது. அவளுக்குக் கண இல்லையோ” என்று கணவனிடம் புறுப்புத்தாள்.

முன்றாம் நாளும் யன்னல் கண்ணாடியுடாகப் பார்த்துக்கொண்டிருந்த மேரிக்கு வியப்பாக இருந்தது. அடுத்த வீட்டுப் பெண் கொடியில் போடும் ஆடைகள் மிகத் தூய்மையாகத் தெரிந்தன. “இதன் ஆச்சரியம்! இன்றைக்கு ஆடைகளில் அழுக்கு அறவே இல்லை. யாரும் அவளுக்குச் சொல்லிக் கொடுத்தார்களோ!” என்றாள் தன் கணவனிடம். “அப்படியொன்றும் இருக்காது. நான் நேற்று மாலையில் எங்கள் யன்னவின் கண்ணாடிகளை நன்றாகக் கழுவிச் சூத்தம் செய்துவிட்டேன். அதுதான் காரணமா இருக்கும்” என்றான் கணவன் அமைதியாக.

பூமியைப் போன்ற குள்ளாரு கோள்

எமது பூமியைப் போன்ற கோள் ஒன்று Proxima Centauri என்ற உடுவைச் (நட்சத்திரத்தைச்) சுற்றிக்கொண்டிருப்பதாக வண்டனிலுள்ள குயீன் மேரி பல்கலைக் கழகத்தைச் சேர்ந்த வானியல் நிபுணர்கள் 2016 ஆகஸ்ட் 24ம் திகதி அறிவித்திருந்தனர். இந்தக் கோளுக்கு அவர்கள் Proxima Centauri b என்ற பெயரைத் தற்காலிகமாக வழங்கியுள்ளனர். அக்கோளின் சுற்றுப் பாதையின் அமைவு, அதன் மேற்பரப்பில் திரவ நீர் காணப்படுவதற்குரிய சாத்தியம் என்பன காரணமாக அதில் உயிர்கள் வாழ்வதற்குரிய நிலை மை காணப்படலாம் என விஞ்ஞானிகள் கருதுகின்றனர். இதனாலேயே இக்கண்டுபிடிப்புப் பற்றிய செய்தி விஞ்ஞான உலகில் ஒரளவு சலசலப்பை ஏற்படுத்தியுள்ளது.

Proxima Centauri என்ற உடு Alpha Centauri என்ற உடுத் தொகுதியிலுள்ள மூன்று பிரதான உடுக்களுள் ஒன்று. விண்வெளியிலுள்ள உடுக்களுள் இந்த Proxima Centauri தான் சூரியனுக்கு அடுத்ததாக எமக்கு மிக அண்மையில் இருக்கிறது. பூமியிலிருந்து இதற்குள்ள தாரம் 423 ஒளி ஆண்டுகள். (ஒர் ஒளி யாண்டு என்பது ஒரு வருடத்தில் - அதாவது 365.24 நாட்களில் - ஒளி பிரயாணம் செய்யும் தாரம். இது 9,461,000,000,000 கிலோ மீட்டருக்குச் சமன்) இன்னொரு வகையில் சொல்வதானால் தற்போதைய விண்கலங்களும் அதில் உயிர்கள் வாழ்வதற்குரிய சாத்தியம் இருப்பதுமே.



களால் அடையக்கூடிய உச்ச வேகத் தில் Proxima Centauriஐச் சென்றடை வதற்கு 120,000 வருடங்கள் பிடிக்கும்.

Proxima Centauriஇன் பருமன் எமது சூரியனின் பருமனில் 12% மட்டுமே. அத்தோடு அது சூரியனைவிடப் பிரகாசத்திலும் வெப்பத்திலும் குறைந்தது. எனவே திரவ நீருக்கும் அதன் விளைவாக உயிர்வாழ்வுக்கும் பொருத்தமான வலயம் அதற்கு மிக நெருக்கமாகக் காணப்படுகிறது. இந்த வலயத் திற்குள்தான் அதன் கோளான Proxima Centauri b அமைந்திருக்கிறது.

ஞாயிற்றுத் தொகுதிக்கு வெளியே காணப்படும் கோள்கள் புறக்கோள் கள் (exoplanets) என அழைக்கப்படுகின்றன. புறக் கோளான்று முதன்முதலாகக் கண்டுபிடிக்கப்பட்டது 1995ம் ஆண்டில். அது முதல் இதுவரை 3,374 புறக்கோள்கள் கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளன. எனினும், Proxima Centauri bஇன் கண்டுபிடிப்பு சில விதங்களில் அதிக முக்கியத்துவம் பெறுகிறது. அதனால்தான் இதனை ‘இது வரை நிகழ்ந்துள்ள மகத்தான’ புறக்கோள் கண்டுபிடிப்பு’ என வானியலாளர்கள் வர்ணித்துள்ளனர். இவ்வாறு சிறப்பித்துக் கூறப்படுவதற்குக் காரணம் இப்புறக்கோள் பூமிக்கு ஒப்பீட்டாலில் கிட்ட இருப்பதும் அதில் உயிர்கள் வாழ்வதற்குரிய சாத்தியம் இருப்பதுமே.

இப்புறக்கோள் கண்டுபிடிக்கப்படுவதற்கு முன்னர் எமக்கு மிகக் கிட்டிய தாகவிளங்கிய புறக்கோள் Aegir என்பதாகும். புவியிலிருந்து 10 ஒளியாண்டு களுக்கு அப்பால் உள்ள Epsilon Eridani என்ற பிரகாசமான உடுவைச் சுற்றிவரும் இப்புறக்கோள் 2000ல் கண்டு பிடிக்கப்பட்டது. அது எமது ஜூபிட்டர் கோளை ஒத்தது.

எமது ஞாயிற்றுத் தொகுதி அமைந்துள்ள பால்வீதி என்ற உடுத் தொகுதியில் சுமார் 250 பில்லியன் (மில்லியன் அல்ல) உடுக்கள் இருக்கலாம் என நம்பப்படுகிறது. வானில் எமது வெற்றுக் கணக்கஞ்சுத் தெரிகின்ற எல்லா உடுக்கஞ்சும் இவற்றுள் அடங்கும். இந்த ஒவ்வொரு உடுவும் சராசரி யாக இரண்டு கோள்களையாவது கொண்டிருக்கும் என்கின்றனர் வானியல் ஆய்வாளர்கள்.

Proxima Centauri b புறக்கோளைப் பற்றிய தரவுகள் ஓரளவுக்கே தெரிய வந்துள்ளன. இக்கோள் பூமியின் பருமன் உடையதாக அல்லது அதை விடப் பன்மடங்கு பெரியதாக இருக்கலாம். அது தனது உடுவைச் சுற்றிவர எடுக்கும் காலம் (அதன் ஒரு வருடம்) 11 புவி நாட்கள் மாத்திரமே. இப்புறக்கோளின் மேற்பரப்பு பாறைத் தன்மையானது என்பதையே இதுவரை கிடைத்துள்ள தரவுகள் கூட்டிக் காட்டுகின்றன. இதனால் அது நீரைத் திரவ நிலையில் கொண்டிருக்கலாம் என ஊகிக்கப்படுகிறது. திரவ நிலையில் நீர் காணப்படுவதே உயிர் வாழ்வுக்குத் தேவையான முதல் நிபந்தனையாகும்.

Proxima Centauri bயின் சூழ்சிக் காலம் அது தன் உடுவை ஒரு தட்டவை சுற்றிவர எடுக்கும் சுற்றுக்கைக் காலத் அரும்பு - 43

துக்குச் சமனாக இருப்பது போல் தெரிகிறது. எமது சந்திரனின் சூழ்சிக் காலமும் அது பூமியைச் சுற்றிவர எடுக்கும் காலமும் சமனாக (28 நாட்களாக) இருப்பதனால் சந்திரனின் ஒரு பக்கம் மாத்திரமே எப்போதும் பூமியை நோக்கி இருக்கிறது. அதைப் போல Proxima Centauri bயின் ஒரு பக்கம் மட்டுமே எப்போதும் அதன் உடுவின் பக்கம் நோக்கியிருக்கும். மறுபக்கம் உடுவின் ஒளியையும் வெப்பத் தையும் பெறாததனால் எப்போதும் இருளாகவும் குளிரில் உறைந்தும் இருக்கலாம். அப்படி இருந்தால் அக்கோளின் இருண்ட பக்கம் உயிர் வாழ்வுக்கு ஏற்றதாக அமையாது.

இந்தக் கண்டுபிடிப்புப் பற்றி அறி விக்கப்பட முன்னரே தபால் முத்திரையொன்றின் பருமனுடைய நுண்ணிய விண்கலமொன்றை இந்நூற்றாண்டின் பிற்பகுதியில் Proxima Centauriயை நோக்கி அனுப்புவதற்காக Breakthrough Starshot என்ற செயல் திட்டம் ஆரம்பிக்கப்பட்டுள்ளது. சக்தி மிக்க லேஸர் கற்றையொன்றின் துணையோடு செலுத்தப்படவள்ள இவ்வின்கலம் ஒளியின் வேகத்தின் ஜந்திலொரு மடங்கு வேகத்தில் (60,000 கிமீ/செக்கன்) பயணிக்கும் என எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. அப்படியான அசுர வேகத்தை அடைய முடியுமா என்பது கேள்விக்குறியாகவே இருக்கிறது. அந்த வேகத்தில் சென்றாலும் Proxima Centauriயைச் சென்றடைய 20 வருடங்களுக்கு மேல் பிடிக்கும். அப்படித் தான் போய்ச் சேர்ந்தாலும் அது அனுப்பும் தரவுகள் பூமிக்கு வந்து சேர்மேலும் நான்கு வருடங்களுக்கு மேல் செல்லும். ●

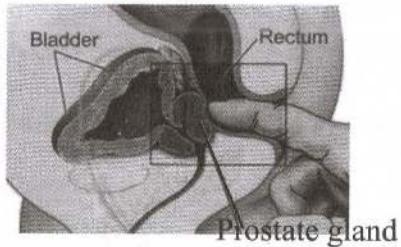
புரஸ்டேட் புற்றுநோய்

(Prostate Cancer)

ஆண்களைப் பாதிக்கும் புற்று நோய் வகைகளுள் Prostate Cancer பிரதான இடத்தை வகிக்கிறது. ஆண்களில் வயிழ்றின் கீழாக சிறுநீர்ப்பைக் கழுத்துக்கு மேலே வாதுமை வித்து வடிவில் காணப்படும் ஒரு சிறிய சரப்பிதான் முன்னிற்கும் சரப்பி என அழைக்கப்படும் Prostate gland. சாதாரண நிலையில் இதன் நிறை 20-30 கிராம்களுக்கு மேல் இருக்காது. மனித விந்துடன் சேர்கின்ற ஒரு திரவத்தை இது சரக்கின்றது.

ஆண்கள் முதுமையை அடையும் போது இந்த முன்னிற்கும் சரப்பியில் புற்று ஏற்படுவது சகஜமாக இருக்கிறது. இவ்வகைப் புற்று பொதுவாக மந்த கதியிலேயே வளர்ச்சியடையும். அத்தோடு ஆரம்ப கட்டத்தில் அச்சரப்பிக்கு மாத்திரம் மட்டுப்படுத்தப் பட்டிருக்கும். இந்த நிலையில் அது பெரியதீங்கு எதனையும் ஏற்படுத்தாது. இவ்வாறு மெதுவாக வளரும் Prostate புற்றுக்கு மிகக் குறைந்தபட்சச் சிகிச்சையே தேவைப்படும். சில சமயங்களில் சிகிச்சையின் அவசியமே இல்லாது போகலாம். அதேவேளை, சில வகை Prostate புற்று ஆக்கிரமிப்புத் தன்மை மிக்கனவாகவும் விரைவில் ஏனைய உறுப்புக்களுக்குப் பரவக்கூடியனவாகவும் இருக்கும்.

ஆரம்ப கட்டத்தில் - புற்று Prostate



சுரப்பிக்கு மாத்திரம் வரையறுக்கப் பட்டிருக்கும் நிலையில் - நோய் கண்டு பிடிக்கப்பட்டால் சிகிச்சை வெற்றி யளிப்பதற்குரிய சாத்தியம் கூடுதலாக இருக்கும்.

தொடக்க நிலையில் Prostate புற்று எவ்வித அறிகுறிகளையும் காட்டாது. நோய் முற்றும் போது பின்வரும் அறிகுறிகள் தோன்றலாம்.

1. சிறுநீர் கழிப்பதில் சிரமம். இரவில் அடிக்கடி சிறுநீர் கழிக்க வேண்டிய ஏற்படுதல்
2. சிறுநீர்த் தாரை போதிய விசையுடன் வெளியேற்ற தவறுதல்.
3. விந்துடன் குருதி கலந்திருத்தல்.
4. இடுப்பு வளையப் பகுதியில் அசைன் கரிய உணர்வு
5. எலும்புகளில் வலி
5. ஆண்குறி விறைப்படையத் தவறுதல்

மேற்கூறப்பட்ட அறிகுறிகளில் ஒன்றோ பலவோ இருந்தால் உடனடியாக வைத்திய ஆலோசனையை நாடுவதே நல்லது. மேற்சொன்ன அறிகுறிகள் வேறு கோளாறுகளின் காரணமாகவும் தோன்றலாம் என்பதை மறக்கக்கூடாது.

இப்படியான அறிகுறிகள் உள்ள ஒருவர் உடனடியாக Prostate புற்று ணைக் கண்டுபிடிப்பதற்குரிய சோதனைகளுக்கு உட்பட வேண்டுமா என்

பது பற்றிக் கருத்து வேறுபாடுகள் நில வுகின்றன. நோயாளியின் வயதைப் பொறுத்து சிறிய அளவிலான Prostate புற்றுகளைக் கண்டு பிடித்து அவற் றுக்குச் சிகிச்சை வழங்குவது அனா வசியமானது என அமெரிக்க புற்று நோய்ச் சங்கம் கூறுகிறது. ஏனெனில், பாரதுரமான பிரச்சினைகள் எதுவு மின்றி அப்படியான புற்றுடன் ஆயு ளைக் கழிக்க வாய்ப்பு இருக்கிறது. இப்படியான நிலையில் உள்ளவர் களைச் சோதனைகளுக்கு உற்படுத்து வதனாலும் சிகிச்சை வழங்குவதனா லும் ஏற்படப் போகும் பயனை விடத் தீமையே அதிகமாக இருக்கும். Prostate புற்றைப் பொறுத்தமட்டில் சிறிய அள விலான அறிகுறிகளைக் கண்டு ஆட்களைப் பல சோதனைகளுக்கு உட்படுத்துதை Over diagnosis என்றும் அப்படியானவர்களுக்குச் சிகிச்சை வழங்க ஆரம்பிப்பதை Over treatment என்றும் அழைப்பார்கள்.

Prostate புற்று உருவாவதற்குரிய காரணம் என்ன என்பது இதுவரை தெளிவாக அறியப்படவில்லை. எனினும் பின்வரும் காரணிகள் இவ் வகைப் புற்றுக்கு ஆளாகக்கூடிய ஆபத்தை அதிகரிக்கச் செய்கின்றன என்பது தெரியவந்துள்ளது:

1. முதுமை. 40 - 50 வயதைத் தாண்டும் போது இந்தப் புற்றுக்கு ஆளாகும் ஆபத்து அதிகரிக்கிறது.
2. குடும்பத்தில் புற்று நோய் வரலாறு காணப்படுதல் - இரத்த உறவினரான வேறு ஆண்கள் எவரும் Prostate புற்றினால் பாதிக்கப்பட்டிருந்தால் அல்லது குடும்பத்தில் மார்பகப் புற்றினால் பாதிக்கப்பட்ட பெண்கள் இருந்தால் Prostate புற்றுக்குரிய ஆபத்துக் கூடும்பு- 43

கூடுதலாக இருக்கும். அதேபோல், மார்பகப் புற்றின் ஆபத்தை அதிகரிக்கச் செய்கின்ற BRCA1, BRCA2 எனும் பரம்பரை அலகுகள் ஒரு குடும்பத்தில் காணப்பட்டால் அக்குடும்பத்தைச் சேர்ந்த ஆண்கள் எச்சரிக்கையோடு இருப்பது நல்லது.

3. மிகைக் கொழுப்பு நிலை: Prostate புற்று கண்டறியப்படும் போது ஒரு வர் மிகையாகக் கொழுத்திருந்தால் அவரது நோய் சிகிச்சை செய்யக் கஷ்டமான முற்றிய நிலையில் இருக்கக் கூடும்.

Prostate புற்றின் காரணமாகப் பல சிக்கல்கள் ஏற்படலாம். புற்று நோய் அருகிலுள்ள சிறுநீர்ப்பை, விந்துக் குழாய்கள், விதைப்பை போன்றவற் றுக்குப் பரவக்கூடும். அல்லது குருதி யினுடாகவும் நினைர்த் தொகுதியினாடாகவும் சென்று எலும்புகளையும் ஏனைய உறுப்புக்களையும் ஆக்கிரமிக்கலாம். புற்று எலும்புகளை ஆக்கிரமித்தால் கடுமையான வலி, எலும்பு முறிவுகள் போன்றன ஏற்படலாம்.

இந்தப் புற்று உடலின் ஏனைய உறுப்புக்களுக்குப் பரவியிருந்தாலும் தகுந்த சிகிச்சை மூலம் அதன் பாதிப் பினைக் கட்டுப்படுத்த வாய்ப்பு உண்டு. எனினும் குணமாக்கலாம் என எதிர் பார்க்க முடியாது. ஏனைய வகைப் புற்றுகளோடு ஒப்பிடும்போது Prostate புற்றினால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் பிழைத்து வாழும் விகிதம் மிகக் கூடுதலாகக் காணப்படுகிறது. Prostate புற்றின் காரணமாக 2015இல் ஐக்கிய அமெரிக்காவில் சுமார் 26,000 பேரும் ஐக்கிய ராச்சியத்தில் 11,000 பேரும் மரணித்துள்ளனர். எமது நாட்டுப் புள்ளிவிபரங்கள் கிடைக்கவில்லை.

இந்நோய் காரணமாக ஏற்படக் கூடிய இன்னொரு பிரச்சினை சிறுநீர் கழிப்பதைக் கட்டுப்படுத்த முடியாமல் போவதாகும். Prostate புற்று மாத்தி ரமன்றி அதற்காகச் செய்யப்படும் சிகிச்சைகளும் இப்பிரச்சினையை ஏற்படுத்தும். வைத்திய உதவியோடு இந்நிலைமைக்கு ஓரளவு பரிகாரம் காண முடியும். மருந்துகள், Catheter குழாய் கள், அறுவைச் சிகிச்சை முதலியன் இதற்காகப் பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

Prostate cancerஐக் கண்டுபிடிப்பதற்குப் பல வழிமுறைகள் உபயோகிக்கப்படுகின்றன:

1. விரலொன்றை குத்தினுடாக நேர்குடலுக்குள் செலுத்தி Prostate சரப்பியைத் தொட்டுப் பரிசீலித்தல். DRE (Digital Rectal Examination) எனப்படும் இச்செயல் முறை மூலம் Prostate சரப்பியின் வடிவம், பருமன், மேற்பரப்பின் தன்மை என்பவற்றில் ஏதேனும் அசாதாரண மாற்றங்களை வைத்தியர் கண்டுபிடித்தால் மேலதிக சோதனைகள் செய்யப்படும்.

2. PSA (Prostate Specific Antigen)
சோதனை: குருதியிலுள்ள PSA என நூம் பிறபொருளைதிரியாக்கியின் அளவைக் கணிப்பதற்காகக் குருதிச் சோதனையொன்று செய்யப்படும். பொதுவாகக் குருதியில் PSA மிக நுண்ணிய அளவிலேயே காணப்படும். ஒருவரின் குருதியில் PSA இன் அளவு 4ng/mlஐ விடக் கூடுதலாக இருந்தால் அவர் புற்று நோய்க்காகப் பரிசீலிக்கப்பட வேண்டும். எனினும், Prostate சரப்பி வீங்குதல், அதில் அல்லது சிறுநீர்த் தொகுதியில் தொற்று ஏற்படுதல் போன்ற காரணங்களாலும் PSA அதிகரிக்கலாம்.

PSA இன் அளவு தொடர்ச்சியாக அதிகரித்து வருமாயின் Prostate புற்று இருப்பதாகச் சந்தேகிக்கலாம். என்றாலும், சரப்பியின் வெவ்வேறு பகுதிகளிலிருந்து இழையங்களைப் பிரித்து எடுத்து நுனுக்குக் காட்டியினுடாகப் பரிசீலிக்கும் Biopsy சோதனை ஒன்றின் மூலம் மட்டுமே புற்று நோய் தானா என்பதை உறுதிசெய்ய முடியும்.

Prostate புற்று என்பது தீர்மானமாகத் தெரிந்த பின்னர் அது எந்தக் கட்டத்தில் இருக்கிறது என்பதைக் கண்டறிவதற்காகப் பல சோதனைகள் செய்யப்படலாம். இதற்காக Ultrasound Scan, CT Scan, MRI, PET Scan முதலிய முறைகள் பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

Prostate புற்றின் கட்டங்கள் பின் வருமாறு:

கட்டம் I - Prostate சரப்பியின் சிறு பகுதியொன்றில் மாத்திரமே புற்று நோய்க் கலங்கள் இருக்கும்.

கட்டம் II - Prostate சரப்பியின் வலது இடது ஆகிய இரு பக்கங்களிலும் புற்று பரவியிருக்கும். கலங்களின் ஆக்கிரமிப்பு இயல்லை Biopsy காட்டும்.

கட்டம் III - புற்று Prostate சரப்பிக்கு அப்பால் சென்று விண்டுக் குழாய்கள் அருகிலுள்ள இழையங்கள் முதலிய வற்றுக்குப் பரவியிருக்கும்.

கட்டம் IV - புற்று வளர்ச்சியடைந்து அருகிலுள்ள சிறுநீர்ப்பை போன்ற உறுப்புக்களையும் நினைநீர்க் கணுக்கள், எலும்புகள் என்பவற்றோடு நுரையீரல் போன்ற உறுப்புக்களையும் ஆக்கிரமித்து இருக்கும்.

ஆரம்ப கட்டத்தில் இருப்பவர் களுக்கு உடனடி சிகிச்சை தேவைப்படாமற் போகலாம். எனினும் அவர் அரும்பு-43

கள் தொடர்ந்து கண்காணிக்கப்படுவது அவசியம். புற்று வளர்கிறது என்பது தெரிய வந்தால் சத்திரசிகிச்சை அல்லது கதிர்ச் சிகிச்சை மேற்கொள்ளப்பட வேண்டும்.

சத்திர சிகிச்சையில் இரண்டு வகை கள் உண்டு. ஆர்ம்ப கட்டத்தில் உள்ளவர்களைப் பொறுத்த மட்டில் Prostate சுரப்பியும் அதனைச் சுற்றியுள்ள சில நினைவிக்கணும் மட்டுமே வெட்டி நீக்கப்படும். இத்தகைய அறுவைச் சிகிச்சை Radical Prostatectomy எனப்படும்.

எனினும் நமது நாட்டு வைத்தியர்கள் இந்த முறையைக் கையாள்வதில் விலை பதிலாக அவர்கள் சுரப்பியோடு சேர்த்து விடதகள், விந்துக் குழாய்கள் முதலியவற்றையும் அகற்றி விடுகின்றனர். விடதகள் நீக்கப்படுவதனால்

ஆண்களுக்குரிய இலிங்க ஒழுமோன் சுரக்கப்படாமல் போய்விடும். அதன் விளைவாக நோயாளி பல சிக்கல் கணுக்கு முகங்கொடுக்க நேரிடுகிறது. இவ்வாறான அறுவை சிகிச்சை IIIம் கட்டத்தில் உள்ளவர்களுக்கு ஏற்றது. Radical Prostatectomy வசதிகள் இந்தியாவில் உள்ளன.

சத்திர சிகிச்சையின் பின்னரும் தொடர்ச்சியான கண்காணிப்பு அவசியம். சில சமயங்களில் சத்திர சிகிச்சையைத் தொடர்ந்து கதிர்ச் சிகிச்சையும் செய்ய வேண்டி ஏற்படலாம். கட்டம் IVஐ அடைந்தவர்களைப் பொறுத்த மட்டில் சத்திர சிகிச்சை உரிய பயனை அளிக்காது. அவர்களுக்குக் கதிர் சிகிச்சை, இரசாயன மருந்துகள், ஹோர் மோன் சிகிச்சை போன்றவை ஓரளவு நிவாரணத்தை வழங்கலாம். ●

Prostate Cancer நோயும் மாதுளாம் பழச் சாறும்

மாதுளாம் பழச் சாற்றைத் தொடர்ந்து அருந்தினால் PSA மட்டம் குறைகிறது என்பதைச் சில ஆய்வுகள் எடுத்துக் காட்டியுள்ளன. மாதுளாம் பழச் சாறி லுள்ளசில சேர்வைகள் Prostate புற்றுக் கலங்களின் வளர்ச்சியைத் தடுப்பதாகவும் இன்னொரு ஆய்வு மூலம் தெரிய வந்துள்ளது. எனவே ஆர்ம்ப கட்டத்தில் உள்ளவர்களுக்கும், சத்திர சிகிச்சை, கதிர்ச் சிகிச்சை என்பவற்றுக்கு உள்ளானவர்களுக்கும் மாதுளாஞ்சாறு பயனளிக்கக் கூடும். மரவள்ளிக் கிழங்கும் இவ்வாறு Prostate புற்றைக் கட்டுப்படுத்த உதவுவதாக அன்றைக் காலத்தில் பல தகவல்கள் வெளிவந்தன.

ஓ ! அதுவா?

இரு சிறுவன் தனது தந்தையிடம் சென்று, “அப்பா, உலகில் மனிதர்கள் உருவானது எப்படி?” என்று கேட்டான்.

அதற்கு அந்தக் தந்தை “இறைவன் முதலில் ஆதமையும் அவரது மனைவி ஹவ்வாவையும் படைத்தான். அவர்கள் இருவரினதும் சந்ததிகள் தான் மனிதர்கள்” என விளக்கமளித்தார்.

உடனே சிறுவன் தனது தாயிடம் சென்று அதே கேள்வியைக் கேட்டான். “குரங்குகளில் இருந்துதான் மனிதர்கள் வந்தார்கள்” என விளக்கினாள் தாய்.

இதனால் குழுமமடைந்த சிறுவன் மீண்டும் தந்தையை அணுகி “குரங்குகளிலிருந்து மனிதர்கள் வந்ததாக அம்மா சொல்கிறாரே” என்றாள்.

“அம்மா சொல்வது அவருடைய பரம்பரையைப் பற்றி” என்றார் தந்தை அமைதியாக. அரும்பு - 43



Mug பிரின்டங்

ஓர் எளிய முறை



எமது தேவைக்கேற்ப செரமிக் தட்டுக்கள் (Plates) அல்லது குவளைகள் (Mugs) மீது தேவையான படங்களையும் எழுத்துக்களையும் அச்சுப் பதித்துக் கொள்வதற்குப் பயன்படுத்தக்கூடிய எளிய முறையோன்றைக் கீழே தருகிறோம். நாம் பலமுறை செய்து பார்த்து வெற்றிகண்ட முறை என்பதனால் எமது வாசகர் கள் நம்பிக்கையோடு இதனை முயற்சித்துப் பார்க்கலாம்.

பெரிய செலவுகள் எதுவுமின்றி வீட்டிலேயே செய்துகொள்ளக்கூடிய இந்த அச்சுமுறையை பிளாஸ்திக், உலோகம், மரம் போன்ற மேற்பரப்புகளிலும் பிரயோகிக்கலாம். இதற்கான மேற்பரப்பு நெளிவுகள் குழிவுகள் இன்றியும் ஒப்பமாகவும் இருக்க வேண்டும்.

நாம் விவரிக்கப் போகும் முறையில் அச்சுப்பதிக்கப்பட்ட பாத்திரங்களைக் காட்சிப் பொருட்களாக மாத்திரமே பயன்படுத்தலாம். அவற்றை உணவு, பானம் முதலியவற்றைப் பரிமாறுவதற்குப் பயன்படுத்தக் கூடாது. நீரைக் கொண்டு சுத்தம் செய்யவும் கூடாது.

தேவைப்படுபவை:

1. சாதாரண வெள்ளைத் தாளில் லேஸர் பிரின்டர் மூலம் அச்சடிக்கப்பட்ட படம். படங்களையும் எழுத்துக்களையும் கண்ணாடியில் தெரியும் விம்பலமொன் றைப் போல் (Mirror image) பக்கம் இடமாற்றி பிரின்ட் செய்ய மறக்கக் கூடாது. அது வண்ணப் படமாகவோ கறுப்பும் வெள்ளையுமாகவோ இருக்கலாம். படத் தின் பரிமாணம் அச்சுப் பதிக்கப் போகும் மேற்பரப்புக்குப் ஏற்றதாக இருக்க வேண்டும். இந்த முறையில் InkJet வகைப் பிரின்டரில் அச்சடிக்கப்பட்ட படங்களை உபயோகிக்க முடியாது. நகரிலுள்ள கம்யூனிகேஷன் நிலையங்களில் கலர் லேஸர் பிரின்டிங் வசதியைப் பெற்றுக் கொள்ளமுடியுமாக இருக்கும்.

2. Chemifix என்ற பெயரில் விற்பனை செய்யப்படும் PVA வகை gum. பால் போன்ற வெள்ளை நிறமான இது Binder gum, School gum என்ற பெயர்களில் விற்பனைக்கு உண்டு. எனினும் மாணவர்களுக்காகச் சிறிய குப்பிகளில் அடைக் கப்பட்டு விற்கப்படும் கலப்படம் செய்யப்பட்டவற்றை உபயோகிக்காமல் Chemifix வகையைத் தேடிப் பெற்றுக்கொள்வது நல்லது.

3. சுத்தமான நீர்

4. அச்சுப் பதிக்கப்பட்ட கான் தட்டு அல்லது குவளை

5. அதிகளவு பொறுமை

* முதலில் அச்சுப் பதிக்கப் போகும் பொருளின் மேற்பரப்பைக் கழுவித் துடைத்துச் சுத்தமாக்கிக் கொள்ளுங்கள்.

* அடுத்து 3 மேசைக் கரண்டியளவு Chemifix பசையைச் சிறு கிண்ண மென்றில் ஊற்றிக் கொண்டு அதற்கு 1 கரண்டி நீரைச் சேர்த்து பசையும் நீரும் ஒன்று சேரும் வரை நன்றாகக் கலக்க வேண்டும்.

பதிப்பதற்காக லேஸர் பிரின்ட் செய்துள்ள படத்தை தேவையான அளவுக் குக்கத்தரித்துக் கொள்ளுங்கள்.

நீர் கலந்து தயாரிக்கப்பட்ட வெண் பசையை தடித்த கடதாசி அட்டைத் துண்டொன்றினால் அளவில் எடுத்து பாத்திரத்தின் அச்சுப்பதிப்பதற்குரிய மேற்பரப்பின் மீது தடித்த படையாகப் பூசுங்கள். பூசப்படும் பரப்பு படத்தின் பரப்பை விடச் சுற்றுப் பெரிதாக இருக்க வேண்டும். பூசப்பட்ட பசைப்படை மேடு பள்ளங்களின்றி ஒப்பமாக இருத்தல் வேண்டும். பழைய கிரெடிற் கார்ட் போன்ற ஒன்றின் விளிம்பினால் தேய்த்து இழுப்பதன் மூலம் இதனைச் சாதிக்கலாம்.

அடுத்து, பசைப் படை உலர் முன்னர், வெட்டியெடுத்த படத்தின் அச்சுப் பதித்த பக்கம் பசையைத் தொடும் வகையில் படத்தை ஒட்டுங்கள். தாளில் சுருக்கங்கள் ஏற்படால் இழுத்து ஒட்டுவது அவசியம். ஒட்டிய பின் தாளின் மின்புறம் தான் வெளியே தெரிய வேண்டும்.

படம் முற்றாகப் பசையுடன் தொடர்பு கொள்ளும் விதத்தில் எல்லாப் பகுதிகளையும் விரலினால் பல தடவைகள் மிகுந்துவாகத் தடவி விடுங்கள். அதிக அழுத்தம் கொடுக்காதீர்கள்.

இனி, படம் ஒட்டப்பட்ட பாத்திரத்தை 24 மணித்தியாலங்களுக்கு வளியில் உலர் விடுங்கள். இங்குதான் உங்கள் பொறுமை தேவைப்படுகிறது. அவசரப் பட்டு அடுத்த கட்டத்தைச் செய்து பார்க்க முயன்று காரியத்தைக் கெடுத்துக் கொள்ளாதீர்கள்.

குறிப்பிட்ட காலம் உலரவிட்ட பின்னர் அப்பாத்திரத்தை எடுத்து ஒட்டப் பட்டுள்ள தாளின் மீது துளிதுளியாக நீரைத் தடவி, கடதாசி சிறிதுசிறிதாக உரிந்து போகும் வகையில் சுட்டு விரலினால் மெதுவாகத் தேயுங்கள். இவ்வாறு தேய்க்கும் போது அதிக அழுத்தம் கொடுக்கவோ மிகையாக நீரைச் சேர்க்கவோ கூடாது. இதனை அவசரப்படாமல் மிகுந்த பொறுமையுடன் செய்தல் வேண்டும்.

கடதாசி உரிந்து நீங்கும் போது பாத்திரத்தின் மேற்பரப்பில் படம் தெளி வாகத் தெரியத் தொடங்கும். எல்லாப் பகுதிகளிலும் கடதாசி முற்றாக அகன்று விட்டதா என்பதை அறிந்து கொள்வதற்காக இடையிடையே அதனை உலர் விட்டுப் பாருங்கள். கடதாசிப்படை ஒழுங்காக நீங்காத பகுதிகளில் படம் மங்கலாகவே தெரியும்; அல்லது அறவே தெரியாது.

கடதாசிப்படை முற்றாக நீக்கப்பட்ட பின், தாளில் அச்சடிக்கப்பட்டிருந்த படம் பாத்திர மேற்பரப்புக்கு இடம் மாறியிருப்பதைக் காணலாம். இப்போது படம் பக்க இடமாற்றமின்றிச் சரியான விதத்தில் இருக்கும். அடுத்து, பாத்திரத்தை நன்றாக உலரவிடுங்கள்.

இவ்வாறு அச்சுப் பதிக்கப்பட்ட படத்தை நீண்ட காலம் பேணிக் கொள்ள வேண்டுமாயின் அதன் மீது நிறமற்ற வார்னிஷ் (Colourless Varnish) படை யொன்றைப் பூசிவிடலாம். அல்லது Chemifix பசையின் மெல்லிய படை யொன்றைப் பூசி உலரவிடலாம். உலர்ந்தபின் அப்பசை ஒளி புகவிடக் கூடியதாக மாறிவிடும். ●



டிஜிட்டல் கமரா வகைகள்

இன்று டிஜிட்டல் கமராக்கள் எல்லோராலும் சரளமாகப் பயன்படுத்தப்படுகின்ற சாதனங்களாக மாறி யுள்ளன. டிஜிட்டல் கமராவின் அடிப்படை அமைப்பு, அது தொழிற்படும் விதம் என்பன பற்றி அரும்பு 17 இல் விவரமாக எழுதியிருந்தோம். இப்போது சந்தையில் காணப்படும் டிஜிட்டல் கமரா வகைகள், அவற்றுக் கிடையே காணப்படும் அடிப்படை வேறுபாடுகள் என்பன பற்றியே இங்கு நோக்கப்போகிறோம்.

ஒருவர் தமது நோக்கத்திற்கும் பண வசதிக்கும் ஏற்ப நல்ல கமராவொன் நைத் தேர்ந்தெடுப்பதற்கு இது பற்றிய அறிவு பெரிதும் உதவலாம். மொபைல் போன் கமராக்கள் பற்றி இங்கு கவனத் தில் எடுக்கப்படவில்லை.

டிஜிட்டல் கமராக்களில் காணப்படும் sensor எனப்படும் ஒளிக்கு உணர்திறன் மிக்க பகுதியே ஒரு காட்சியிலிருந்து அல்லது பொருளிலிருந்து வரும் ஒளிக்கதிர்களைப் பற்றிக் கொள்கிறது. இந்த சென்சருடன் இணைந்துள்ள இலக்ட்ரோநிக் கற்றுக்களும் கம்பியூட்டர் chipகளும் சென்சர் பெற்றுக்கொண்ட தகவல் களிலிருந்து குறித்த படத்தை உருவாக்கி கமராவின் நினைவகத்தில் பதிக்கின்றன.

கமராக்களில் பயன்படுத்தப்படும் சென்சர்களில் இரண்டு வகை உண்டு. CCD (Charge-Couple Device) என்னும்

சென்சர் வகை ஆரம்ப காலம் முதலே பயன்படுத்தப்படுகின்றன. CMOS (Complementary Metal-Oxide Semiconductor) என்னும் வகை சென்சர்கள் இப்போது பரவலாகப் பயன்படுத்தப் படுகின்றன. இரு வகை சென்சர்களிலும் அனுகூலங்களும் பிரதிகூலங்களும் இருக்கின்றன. சாதாரண பாவனையாளர் ஒருவரைப் பொறுத்த வரையில் இவற்றுக்கிடையிலான வேறுபாடுகள் முக்கியமானவையல்ல. எனவே, கமராவிலுள்ள சென்சர் CCD வகையா அல்லது CMOS வகையா என்பது பற்றி அதிகம் அலட்டிக் கொள்ள வேண்டியதில்லை.

ஒரு கமராவிலுள்ள சென்சரின் பருமன் மிக முக்கியமானது. சென்சர் பெரியதாக இருந்தால் கமராவினால் உருவாக்கப்படும் படத்தின் தெளிவு (resolution) மிகக் கூடுதலாக இருக்கும். சாதாரண கையடக்கக் கமராக்களில் பயன்படுத்தப்படும் சென்சர்கள் மிகச் சிறியவை. எனவே, அவற்றினால் பிடிக் கப்படும் படங்களைப் பெரிதாக்கி நோக்கும் போது தெளிவு குறைவடையும். பில்ம் கமராக்களில் பொதுவாகப் பயன்படுத்தப்படும் பில்மில் தனிப் படமொன்றுக்குரிய சட்டகத்தின் (frame) பருமன் 35mm எனக் குறிக்கப்படும். (இதன் உண்மையான பருமன் 36mm x 24mm = 864mm² ஆகும்)

மேற்சொன்ன 35mm பருமனுடைய சென்சரைக் கொண்ட டிஜிட்டல் கமராக்கள் முழுச் சட்டகக் (Full frame)

கமராக்கள் என அழைக்கப்படுகின்றன. இப்போது சந்தையில் உள்ள Full frame கமராக்கள் 2-6 லட்சம் ரூபாக் களுக்கு மேல் விலை போகின்றன.

டிஜிட்டல் கமராக்களை அவற்றி ஒன்றான் சென்சர்களின் பருமன் அடிப்படையிலும் வகைப்படுத்தலாம். பொதுவாகப் பயன்படுத்தப்படும் சென்சர் பருமன்கள் பின்வருமாறு:

Full frame (35mm)	- 36mm x 24mm
APS-C (1.8")	- 25.1mm x 16.7mm
Four-third (4/3")	- 18mm x 13.5mm
One inch (1")	- 12.8mm x 9.6mm
Two-third (2/3")	- 8.8mm x 6.6mm
1/2.3"	- 6.16mm x 4.62mm
1/2.7"	- 5.37mm x 4.4mm

பொதுவாகப் பயன்படுத்தப்படும் கையடக்கமான Compact கமராக்களில் 1/2.3" அல்லது அதை விடச் சிறிய சென்சர்களே பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

சென்சரோன்றின் மேற்பரப்பில் காணப்படும், ஒளிக்கு உணர்திறன் உடைய நுண் பொருட்கள் Pixels எனப்படும். ஒரு சென்சரில் காணப்படும் Pixelகளின் எண்ணிக்கையை வைத்தும் கமராக்களை வகைப்படுத்தலாம். உதாரணமாக, ஒரு கமராவில் 12mp எனக் குறிக்கப்பட்டிருந்தால் அதன் சென்சரில் 12 mega pixels (12 மில்லியன் பிக்ஸல்கள்) உண்டு. பிக்சல் களின் எண்ணிக்கை உயர்வாக இருக்கும் போது சென்சரினால் பிடிக்கப்படும் படத்தின் உருத்தெளிவு அதிகமாக இருக்கும். எனினும், இதற்கும் ஒரு வரையறை உண்டு.

ஆரம்ப கால டிஜிட்டல் கமராக்களில் 0.5mp முதல் 13mp வரையிலான சென்சர்களே பயன்படுத்தப்பட்டன.

இப்போது 16mp முதல் 36mp வரை பொதுவாகப் பயன்படுத்தப்படுகின்றன. பருமனில் சிறிய சென்சர் ஒன்றில் அதிகளவு பிக்சல்களைத் தினிப்பதால் பெரிய அனுகூலம் எதுவும் ஏற்படாது. எனினும், நுகர்வோரைக் கவர்வதற்காக உற்பத்தியாளர்கள் இவ்வாறு செய்கின்றனர். சென்சர் பருமனில் பெரிதாக இருந்து அதில் அதிகளவு பிக்சல்கள் அடுக்கப்பட்டிருப்பின் அந்த சென்சரினால் பிடிக்கப்படும் படம் மிகக் கூரிய தெளிவுடையதாக அமையும். சிறிய சென்சர்களைப் பொறுத்தமட்டில் 16mp ஜி விடக் கூடுதலான பிக்சல் பெறுமானங்களால் பெரிய நன்மையெதுவும் ஏற்படாது.

டிஜிட்டல் கமராக்களை அவற்றின் கட்டமைப்பை வைத்தும் வகைப்படுத்தலாம். இவ்வாறான வகைப்படுத்தலே முக்கியமானது. மாற்றீடு செய்யப்பட முடியாத, நிலையான lensஐக் கொண்ட கமராக்கள் Fixed lens cameras எனவும், lens மாற்றீடு செய்யப்படக்கூடியவை Inter changeable lens cameras எனவும் அழைக்கப்படுகின்றன. கையடக்கமான Compact வகைக் கமராக்கள் அனைத்தும் நிலையான வெள்ளக்களாக கொண்டனவை.

Compact வகைக் கமராக்களின் பிரதான இயல்புகள் சில பின்வருமாறு:

- 1.) சிறிய சென்சர்
- 2.) நிலையான சிறிய வெள்ளக் கமராவிலேயே அமைந்த சிறிய ஒளி பாய்ச்சி (flash)

4.) கமராவின் செயற்பாடுகளை முழுமையாகக் கட்டுப்படுத்தும் வசதி இல்லாமை.

5.) RAW என்னும் விரிவான வடிவில் படங்களைப் பிடிக்க வாய்ப்பு இல்லாமை.

பெரும்பாலான Compact கமராக் களினால் பிடிக்கப்படும் படங்களின் பருமன் 3:4 என்ற விகிதத்தில் இருக்கும். (போட்டோ அச்சிடும் தாள்கள் 3:2 என்ற விகிதத்தில் இருப்பதால் பிடிக்கப்பட்ட படத்தின் சிறு பகுதி அச்சிப்பதிக்கப்படாமல் போகும்). எந்த செட்டிங்ஸாம் செய்யாமல் எவரும் இந்தக் கமராக்களைப் பயன்படுத்தக்கூடியதாக இருப்பதால் இவை, point & shoot (P&S) கமராக்கள் எனவும் அழைக்கப்படுகின்றன.

லெண்ஸ் மாற்றீடு செய்யப்படக்கூடிய கமராக்களில் பெரும்பாலான வை Digital Single Lens Reflex (DSLR) வகையைச் சேர்ந்தவை. DSLR வகைக் கமராக்களில் காணப்படும் சிறப்பியல் புகள் சில பின்வருமாறு:

1.) 35mm அல்லது APS-C பருமன் சென்சர். (Olympus, Pentax போன்ற உற்பத்தியாளர்கள் Four-third வகை சென்சர்களைப் பயோகிக்கின்றனர்.)

2.) தேவைக்கேற்ப வென்ஸை மாற்றிக்கொள்ளும் வாய்ப்பு

3.) வெளிப்புறமாகப் பெரிய flash பொருத்திக்கொள்ளும் வசதி.

4.) கமராவின் செயற்பாட்டை எமக்குத் தேவையான முறையில் கட்டுப்படுத்திக்கொள்ள முடியுமாக இருத்தல்.

5.) RAW, JPEG ஆகிய இரு வடிவங்களிலும் படங்களைப் பிடிக்கும் வசதி.

6.) மிகத் துரிதமான செயற்பாடு

DSLR கமராக்கள் விலை கூடிய வை. போட்டோகிராபித் துறையில் ஆரம்ப நிலையில் உள்ளோருக்கான புகுமுக (entry level) மொடல்களும் இடைநிலையில் உள்ளோருக்கான (mid level) மொடல்களும் தொழில் சார்ந்த உயர்தர (pro-level) மொடல் களும் சந்தைப்படுத்தப்படுகின்றன. Canon, Nikon, Sony, Olympus, Fujifilm, Pentax ஆகிய கம்பனிகளின் DSLR கமராக்கள் தரம் மிக்கவையாகக் கருதப்படுகின்றன. DSLR கமராக்களில் Mirror-less எனும் வகையைன்றும் சமீபத்தில் அறிமுகப்படுத்தப்பட்டுள்ளது. ●

குடும்ப நோய்

தம்மிடம் வந்த நடுத்தர வயது மதிக்கத்தக்க ஒருவரைச் சோதித்துப் பார்த்துவிட்டு “உமக்கு இரத்த அழுத்தம் மிகக் கூடுதலாக இருக்கின்றதே” என்றார் வைத்தியர். “ஆமாம் ஸேர்; அது குடும்பத்திலிருந்து வந்தது” என்றார் அந்த மனிதர்.

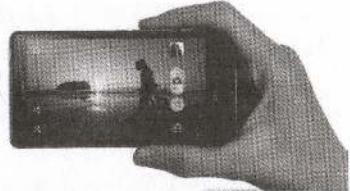
“தந்தையின் குடும்பத்திலிருந்தா, தாயின் குடும்பத்திலிருந்தா?” என்று திருப்பிக் கேட்டார் வைத்தியர்.

“இல்லை; மனைவியின் குடும்பத்திலிருந்து” என்றார் அவர்.

“அதேப்படி? மனைவியின் குடும்பத்திலிருந்து எப்படி உமக்கு வர முடியும்?” என்று ஆச்சரியத்துடன் கேட்டார் வைத்தியர்.

“எனது மனைவியின் குடும்பத்தினரோடு பழகிப் பார்த்தால் உங்களுக்குப் புரியும் ஸேர்” எனப் பதில் வந்தது அந்த மனிதரிடமிருந்து.

போன் கமராவினால் தரமான போட்டோக்கள் பிடிக்க சில ஆலோசனைகள் !

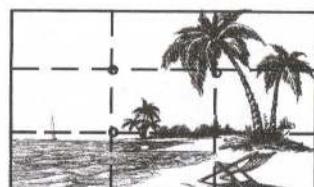
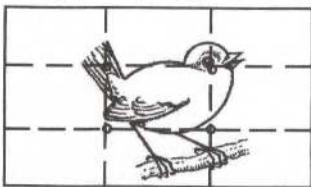


தற்போதைய ஸ்மார்ட் போன்கள் வனு கூடிய கமராக்களைக் கொண்டிருக்கின்றன. டிஜிட்டல் கமராவினால் பிடிக்கப்படும் போட்டோக்களுக்கும் கமரா போன் போட்டோக்களுக்கும் இடையில் பெரிய வித்தியாசம் தெரியாத அளவுக்கு அவை முன்னேற்றம் கண்டுள்ளன.

மொபைல் போன்களைப் பயன்படுத்தித் தரமான போட்டோக்களைப் பிடிப் பதற்கு உதவக்கூடிய சில ஆலோசனைகள் இதோ:

1. படமாக்கப் போகும் பொருளின் அல்லது காட்சியின் மீது போதிய அளவு வெளிச்சம் படுவதை நிச்சயப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். எந்த அளவுக்குச் சீரான வெளிச்சம் இருக்கிறதோ அந்த அளவுக்குப் படம் தெளிவாக இருக்கும். குறிய ஒளியே மிகச் சிறந்தது. ஒளி அளவுக்கு மீறிப் பிரகாசமாக இருக்கக்கூடாது. பரவிய மென் ஒளியே மிக ஏற்றது. வீட்டினுள் படம் பிடிக்கும் போது மின் விளக்குகளின் ஒளியைப் பயன்படுத்தலாம். கமராவின் Flashஐத் தவிர்ப்பது நல்லது. அத்தோடு பிரகாசமான ஒளியை நோக்கியவறு படம் பிடிப்பதையும் தவிர்த்துக் கொள்ளுங்கள்.
2. படமாக்கப் போகும் பொருளுக்கு முடிந்தளவு நெருக்கமாக நின்று படம் பிடியுங்கள். டிஜிட்டல் முறையில் நெருங்குவதைத் (Digital zooming) தவிர்த்துக் கொள்ளுங்கள். அது படத்தின் உருத்தெளிவைக் குறைத்துவிடும்.
3. படம் பிடிக்கும் போது கமரா அசையாமல் கவனித்துக் கொள்ளுங்கள். குறிப் பாக, வெளிச்சம் குறைவான சந்தர்ப்பங்களில் கமராவின் நுண்ணிய அசைவும் படத்தின் கூர்மையைக் கெடுத்துவிடும். உங்கள் உடல் அசைவதைத் தடுப்பதற்காக கவர் அல்லது மரம் போன்ற ஒன்றின் மீது முதுகைப் பொருத்திக் கொள்ளலாம்.
4. ஒரு பொருளையோ ஆளையோ படம் பிடிக்கும் போது பல படங்களை எடுங்கள். அப்படிச் செய்வதால் மேலதிக செலவு எதுவும் ஏற்படாது. அவற்றுள் தரமானதப் பின்னர் தெரிவுசெய்து கொள்ளலாம்.
5. வித்தியாசமான பார்வைக் கோணங்களில் படங்களைப் பிடித்துப் பரிசோதனை செய்து பாருங்கள்.
6. பிடித்த படங்களை கம்பியூட்டரில் Photo Editing Software ஒன்றைப் பயன்படுத்தி செம்மைப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். அதன் மீது தூசும் எண்ணேய் கறைகளும் படிந்துகொண்டே இருக்கும். மூக்குக் கண்ணாடிகளைச் சுத்தம் செய்ய உபயோகிக்கும் மென் துணி இதற்கு ஏற்றது.

8. போன் கமராவின் உச்ச Resolutionஐயே (மெகா பிக்ஸல் அளவை) தெரிவு செய்து கொள்ளுங்கள். சில உயர் ரக போன்களில் இத்தெரிவுக்கான வசதி உண்டு.
9. சிறந்த படமொன்றின் கட்டமைப்பு பற்றிய விதிகளைத் (Rules of Composition) தெரிந்து கொள்ளுங்கள். இவற்றில் ‘மூன்றிலொன்றுகளின் விதி’ (Rule of Thirds) என்பது முக்கியமானது. இதன்படி படத்தின் பரப்பை பின்வரும் முறையில் மூன்றிலொன்றுகளாகப் பிரித்து நோக்க வேண்டும். படமாக்கப்படும் பொருளின் அல்லது காட்சியின் முக்கியமான அங்கம் இந்தக் கோடுகள் சந்திக்கும் புள்ளியொன்றில் அமைவது நல்லது. உதாரணமாக ஒரு பறவையைப் படம் பிடிக்கும் போது அதன் கண் இவ்வாறு அமைவது நல்லது. பொருள் சரி மத்தியில் அமையுமாறு படம் பிடிக்காதீர்கள்.



கடற்கரைக் காட்சிகளைப் படம் பிடிக்கும் போது வானமும் கடலும் தொடும் பகுதி ஏதேனும் கிடைக்கோட்டின் மீது அமைய வேண்டும். (படத்தைச் சரி பாதியாகப் பிரிக்கும் வகையில் அமையக் கூடாது) வாகனம், விலங்கு போன்ற வற்றைப் படம் பிடிக்கும் போது அவற்றின் முன்பக்கமாக அதிக இடம் விடப்பட வேண்டும். இப்படி எத்தனையோ சம்பிரதாய விதிகள் இருக்கின்றன. அவற்றைத் தேடிக் கற்றுக்கொள்வது நல்லது. அந்த விதிகளை முறிப்பதன் மூலமும் வித்தி யாசமான படங்களை உருவாக்கலாம்.

10. படம் பிடிப்பதற்குரிய ஒழுக்க முறைகளைக் கடைப்பிடியுங்கள். பிறரை அல்லது பிறருக்குச் சொந்தமான பொருட்களைப் படமெடுக்க முன் அவர்களது அனுமதியைப் பெற்றுக்கொள்ள வேண்டும். உதாரணமாக பிற குழந்தையொன்றைப் படமெடுக்க முன் அதன் பெற்றோரிடம் அனுமதி பெறுவது அவசியம். படம் பிடிப்பது தடைசெய்யப்பட்டுள்ள இடங்களில் அத்தடைகளை மதிக்க வேண்டும். ●

அவையா?!

தான் வேலை செய்யும் கம்பனி மனேஜரிடம் சென்ற பீட்டர், “ஸேர், எனக்கு நீங்கள் சம்பள உயர்வொன்று தர வேண்டும். இல்லையேல் நான் ஒன்றும் செய்ய முடியாது போய்விடும். மூன்று கம்பனிகள் என்னைத் தேடிப் பின்னால் வந்து கொண்டிருக்கின்றன” என்றான்.

‘ஆட, இவைன இழந்து விட்டால் கம்பனியின் செயற்பாடுகள் பாதிக்கப்பட்டுவிடுமே’ என்று உள்ளாரப்பட்டந் தமிழ்நாடு அவனுக்கு 10% சம்பள உயர்வொன்று தருவதாக வாக்களித்து விட்டு, “அது சரி, உன்னைத் தூர்த்தி வருகின்ற கம்பனிகள் மூன்றும் எவை என்று நான் தெரிந்து கொள்ளலாமா?” எனக் கேட்டார்.

“அவையா? மின்சாரக் கம்பனி, டெலிபோன் கம்பனி, தண்ணீர் சப்ளை கம்பனி. அவற்றுக்கு நான் பில் கட்ட வேண்டியிருக்கிறது” என்று பதில் வந்தது அவனிடமிருந்து.

புதிர்களும் விடுகதைகளும் - விடைகள்

1. 12 - ஏனெனில் எல்லா மாதங்களிலும் 28 நாட்கள் உண்டு.
 2. அவள் இரண்டாவது சகோதரியோடு செஸ் விளையாடி கொண்டிருப்பாள். ஏனெனில் செஸ் விளையாட இரண்டு பேர் தேவையே.
 3. சட்டம் இடம் கொடுக்காது. செத்த ஒருவரைத்தான் அடக்கம் செய்யலாம். வாழ்கிற ஒருவரை அடக்கம் செய்ய எந்த நாட்டுச் சட்டமும் அனுமதிக்காது.
 4. தமிழ் அகராதியில். அகர வரிசைப்படி ‘இன்று’ என்ற சொல் முதலிலும் ‘நேற்று’ என்பது பின்னாலும் வரும்.
 5. நிர்மலா. முதல் ஆறு பெயர்களினதும் முதல் எழுத்து ஸ ரி க ம ப த என்ற இசைச் சூர வரிசை ஒழுங்கில் அமைந்துள்ளன. எனவே அடுத்த பெயர் ‘நி’ என்ற எழுத்தில் ஆரம்பிக்க வேண்டும்.
 6. இலக்கம் 8. அதன் தலையை நீக்கிவிட்டால் 0 ஆகிவிடும்.
 7. ஏழு முட்டைகள். அக்காவுக்குக் கொடுத்தவை :
- 7 இன் அரைப்பங்கான $3\frac{1}{2} + \frac{1}{2} = 4$. (எனவே மீதி 3)
- தங்கைக்குக் கொடுத்தவை: 3இன் அரைப்பங்கான $1\frac{1}{2} + \frac{1}{2} = 2$. (எனவே மீதி 1)
- தம்பி எடுத்தது: 1இன் அரைப் பங்கான $\frac{1}{2} + \frac{1}{2} = 1$
8. அனுமதி இல்லை. உயிரோடிருப்பவர்கள் மாத்திரம் தான் திருமணம் செய்யலாம். ஒருவனுக்கு விதவை இருப்பதற்கு அவன் செத்திருக்க வேண்டுமே.
 9. 19 ஜூலைகிரீம்களைப் பெற்றுக்கொள்ளலாம். புதிதாகப் பெறப்படும் ஜூலைகிரீம்களில் இருந்தும் குச்சிகள் கிடைக்கும் என்பதை மறந்திடலாமா?
 10. நண்பனின் வயது 25. 25இன் தானங்களை மாற்றி எழுதினால் 52. இது அடுத்த வருடம் அவனின் வயதின் (26இன்) இரு மடங்கு.

அரும்பு இதழின் பிரதிகளைப் பெற்றுக்கொள்ள விரும்புவோர் பின்வரும் முகவரியுடன் தொடர்பு கொள்ளலாம்:

Editor, Arumbu,

No. 70, Main Street, Dharga Town - 12090

Phone: 034 227 0151 Email:- arumbumagazine@gmail.com

அரும்பு பழைய இதழ்கள் கைவசம் இல்லை என்பதை தயவு செய்து கவனிக்கவும்.

அரும்பு- 44 இதழ் 2017 ஜூன் வரி 20ம் திகதி வெளிவரும்.

நன்றி பாராட்டுதல்!

நீங்கள் ஆசைப்படுகின்ற பொருட்களெல்லாம் உங்களுக்கு இதுவரை கிடைக்காமல் இருப்பதையிட்டு இறைவனுக்கு நன்றி செலுத்துங்கள்!

அவையெல்லாம் உங்களுக்குக் கிடைத்திருந்தால் நீங்கள் வாழ்க்கையில் ஆவலோடு எதிர்பார்க்க எதுவுமே இல்லாது போயிருக்கும்.

உங்களுக்குள்ள வரையறைகளையிட்டு அவனுக்கு நன்றி பாராட்டுங்கள்! ஏனெனில் அவைதான் உங்கள் விருத்திக்கு வாய்ப்பளிக்கின்றன.

நீங்கள் எதிர்கொள்ள நேரிடும் கஸ்டகாலங்களுக்காக இறைவனுக்கு நன்றி கூறுங்கள்!

ஏனெனில், அப்படி யான காலங்களில்தான் நீங்கள் உண்மையாக வளர்ச்சி அடைகிறீர்கள்.

நீங்கள் தவறுகள் விட நேர்ந்ததற்காக அவனுக்கு நன்றி பாராட்டுங்கள்!

அந்தத் தவறுகள்தான் பெறுமதியான படிப்பினைகளை உங்களுக்குத் தருகின்றன.

நீங்கள் தனிமையில் விடப்பட்ட நாட்களுக்காக இறைவனுக்கு நன்றி செலுத்துங்கள்!

உங்கள் வாழ்க்கையில் முக்கியமானவர்கள் யார் என்பதை அவைதான், காட்டித் தருகின்றன.

உங்களுக்கு நோயோடு உடல் ஊனமோ ஏற்பட்டால் அதற்கும் நன்றியுடைய வர்களாக இருங்கள்!

ஏனெனில் அவைதான் இறைவன் தந்துவள் அருட்கொடைகளின் மகத்து வத்தை நாம் உணர வழி செய்கின்றன.

நமக்குக் கிடைக்கும் நற்பாக்கியங்கள் பற்றி இறைவனுக்கு நன்றி பாராட்டுவது இலகுவான காரியமே.

ஆனால், நமது குறைபாடுகளுக்காகவும் இறைவனுக்கு நன்றியுடையவர் களாக இருப்பவர்களுக்குத்தான் வாழ்க்கையில் உண்மையான நிறைவும் திருப்தியும் கிடைக்கும்.

இறைவனுக்கு நன்றி செலுத்துவதனால் பாதகமான நிலைமைகளும் சாதக மானவையாக மாறிவிடும்.

அதேபோல், உங்களுக்கு கஸ்டங்களும் பிரச்சினைகளும் ஏற்படும் வேளையில் இறைவனுக்கு நன்றியுடையவர்களாக இருந்தால் அந்தக் கஸ்டங்களும் பிரச்சினைகளும் உங்களுக்கு மாபெரும் அருட்கொடைகளாக மாறிவிடக்கூடும்.