

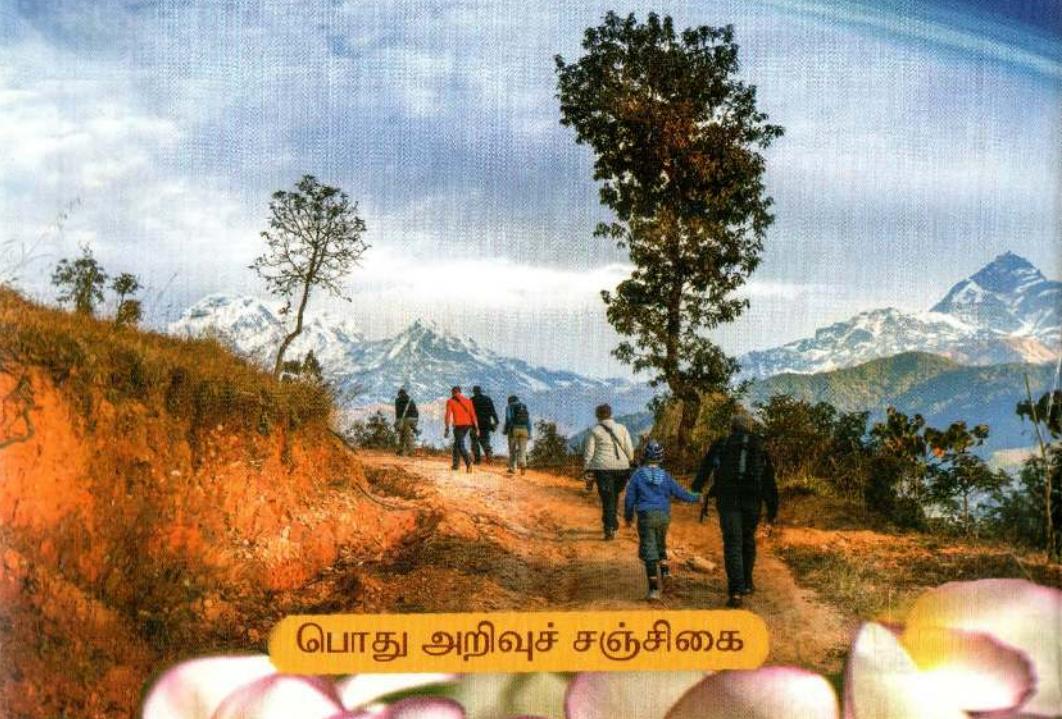
Rs. 100/-

அரும்பு

இதழ் - 44

ARUMBU

Educational Magazine No. 44



பொது அறிவுச் சஞ்சிகை



புதிர்களும் விடுகதைகளும்

- ஒரு பெண்ணிடம் அவளது வயதைக் கேட்டபோது அவள் இப்படிச் சொன்னாள்:
 “எனக்கு ஆறு பிள்ளைகள். ஒவ்வொரு பிள்ளைக்கும் இடையில் 4 வருட இடைவெளி இருக்கிறது. முத்தவள் பிறந்த போது எனக்கு 19 வயதாக இருந்தது. கட்டசீ மகளுக்கு இப்போது 16 வயது” – அந்தப் பெண்ணின் வயது யாது?
- நீங்கள் என்னை வெட்டினாலும் என் தோலைத்தான் உரித்தாலும் நான் அழப்போவ தில்லை. ஆனால் நீங்கள் கண்ணீர் விடுவீர்கள். நான் யார் எனக் கூற முடியுமா?
- ஒருவன் பின்வருமாறு கூறினான்:
 “நேற்று முன்தினம் எனக்கு 25 வயதாக இருந்தது. அதேத் வருடம் எனக்கு 28 வயது பிறக்கிறது”
 இக்கூற்று சாத்தியமாக இருக்கவேண்டுமானால் அவனது பிறந்த தினம் எதுவாக இருக்க வேண்டும்?
- பின்வரும் எண் தொடர் ஒரு குறிப்பிட்ட கோலத்தில் அமைந்திருக்கிறது:
 4, 6, 12, 18, 30, 42, 60, , ,
 இத்தொடரில் அடுத்து வரவேண்டிய மூன்று எண்களும் யாவை?
- நான் ஒடுவேன்; ஆனால் நடக்க மாட்டேன். எனக்குப் படுக்கை உண்டு; ஆனால் நான் நித்திரை கொள்ள மாட்டேன். எனக்கு வாயும் உண்டு; ஆனால் நான் பேச மாட்டேன். நான் யார் என்று கூறுவீர்களா?
- ஒரு செங்கல்லின் நிறையானது ஒரு கிலோகிராம் நிறையுடன் அதே செங்கல் பாதிப்பான் நின் நிறையைச் சேர்த்தால் வரும் பெறுமானத்திற்குச் சமனாகும். ஒரு செங்கல்லின் நிறை யாது?
- பின்வரும் சொற்களைக் கவனியுங்கள்:
 தியாகம், செருக்கு, புகம், விவேகம், வெற்றி, சந்தோஷம்,
 இத்தொடரில் அடுத்து வரக்கூடிய சொல் பின்வருவனவற்றுள் எது?
 (பெருமை, அறிவு, ஞானம், கொடை, பொறுமை)
- I, 2, 3, 4, 5, 6 ஆகிய இலக்கங்களில் ஒவ்வொன்றையும் ஒரு தடவை மாத்திரம் பயன்படுத்தி X = என்ற அமைப்பில் வரக்கூடிய சமன்பாடான்றைத் தர முடியுமா?
- 9. $5+5+5=550$**
 மேலே உள்ள சமன்பாடு தவறானது என்பது உங்களுக்குத் தெரியும். ஒரு சிறிய நேர் கோட்டை மாத்திரம் பயன்படுத்தி இதனைச் சரிசெய்ய முடியுமா? (= அடையாளத்தின் மீது கோடு வரைந்து சூனக் காட்டுவது சரியாயினும் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட மாட்டாது.)
- எனக்கு மூன்று கண்கள் உண்டு. நான் உங்களை உற்றுப் பார்த்துக்கொண்டிருப்பேன். அப்போது நீங்களும் என்னை உற்றுப் பார்த்துக் கொண்டிருப்பீர்கள். எனது ஒவ்வொரு கண்சிமிட்டலும் உங்களுக்கு ஒரு கட்டளையாக அமையும். என் கட்டளையை மீறினால் நீங்கள் ஆபத்தில் மாட்டிக்கொள்ளலாம். நான் யார்?

(விடைகள் பின்னண்டையின் உட்பக்கத்தில்)

அரும்பு

பொது அறிவுச் சஞ்சிகை
இதழ் : 44

ஆசிரியர் :
ஹாபிஸ் இஸ்லதீன்

ARUMBU

Educational Magazine (Tamil)

Issue No: 44

Editor & Publisher :
Hafiz Issadeen

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

Ph: 034-227 0151

e-Mail: arumbumagazine@gmail.com

உள்ளே . . .

புரிந்துகொள்ளுதல்	2
அஜூனோமோட்டோ ஆபத்தானதா?	3
ஒரு தாயின் கடிதம்	6
நேபாளத்தில் சில நூட்கள் - பகுதி 2	7
ஒருவர் பொய் சொல்கிறாரா? . . .	11
இலங்கையில் காணப்படும் கிளி இனங்கள்	14
TVயும் சிறு பிள்ளைகளும்	16
வீட்டுக்கு வந்த அந்நியர்	18
இராடசத எழும்புக்கூடுகள்	19
மறு உலகம் - உருவக்க கதை	22
பிரசவத்துக்குப் பிந்திய ஊக்கோளாறு	23
பொங்கோவியா	26
பயறுஞ்சா சில குறிப்புக்கள்	28
இந்த வலிகளை அலுச்சியம் செய்ய ..	30
சாரதியில்லா வாகனங்கள்	33
இலங்கையில் மோட்டார் வாகன வரலாறு	36
யோகர்ட்டின் பயன்கள்	38
பிந்தப் பையில் கற்கள்-சொந்தஅனுபவம்	40
அல்லஸ்ரா	44
வைக்கம் முகம்மது பஷீர்	47
பாம்பன் பாலம்	50
ஸ்கொட்லாந்து தனி நாடாகுமா?	52
Cold Porcelain களி தயாரிக்கும் முறை	55



உங்களுடன் ஒரு நிமிடம்..

அன்புள்ள வாசகர்களே!

நீண்டகால இடைவெளியென்றால் பின்னர் அரும்பு-43 இதழ் வெளி யிடப்பட்ட போதிலும் அதற்கு வாசகர் களிடம் கிடைத்த வரவேற்றபெற கண்டு நாம் பூர்த்துப் போனோம்.

அரும்பு இதழை தமது பிரதேசம் களீல் அறிமுகம் செய்து விற்பனை செய்ய முன்வந்த அனைவருக்கும் நாம் நன்றிகூறக் கடமைப்பட்டுள்ளோம்.

அரும்பை வாசித்துவிட்டு அதன் உள்ளடக்கம் பற்றி தமது அபிப்பிராயங்களைத் தெரிவித்து எமக்கு ஊக்கம் உற்சாகமும் வழங்கிய அனைவருக்கும் நன்றி. உங்கள் கருத்துக் களையும் அபிப்பிராயங்களையும் தொடர்ந்து எதிர்பார்க்கிறோம்.

அதேபோன்று பத்திரிகைகளீல் அரும்பு சஞ்சிகையின் மீள் வருகை பற்றி எழுதி அதனை மக்களுக்கு அறிமுகம் செய்வதற்கும் ஓர் அபிமானி உதவினர். அவருக்கும் எமது விசேஷ நன்றியைத் தெரிவிக்கிறோம்.

இறைவனின் அருள் கிடைத்தால் இந்தப் பணியை உற்சாகத்துடன் தொடர்வதற்கு நாம் உறுதி பூண்டுள்ளோம். வாசகர்களும் அபிமானிகளும் தமது ஆதரவைத் தொடர்ந்து வழங்குவீர்கள் என ஆவலுடன் எதிர்பார்க்கிறோம்.

எமது பணியை எல்லாம் வல்ல இறைவன் அங்கீகரிப்பானாக!

நன்றி.

ஹாபிஸ் இஸ்லதீன்

ஆசிரியர்

01. 01. 2017

சிந்தனைக்கு ஒரு சின்னக் கதை

புரிந்து கொள்ளுதல்

கிராமப்புற இளைஞரையினாருவன் பல்கலைக் கழகத்திலிருந்து வெளியான பின்னர் பெரிய கம்பனியைன்றில் உயர் பதவியொன்றுக்காக விண்ணனப்பித்தான். முதல் வகுப்பில் சித்தி யடைந்து சிறப்புப் பட்டமொன்றைப் பெற்றிருந்த அவன் இறுதி நேர்முகப் பரீட்சைக்கு அழைக் கப்பட்டான்.

அவனது குடும்பப் பின்னணியைப் பற்றி விசாரித்த கம்பனி அதிபர், “உன் தந்தை என்ன செய்கிறார்?” எனக் கேட்டார். “நான் சிறுவனாக இருக்கும் போதே அவர் இறந்துவிட்டார். நான் ஒரே பின்னை. என் அம்மாதுன் உழைத்து என்னைப் படிக்க வைத்தார்” என்று விளக்கினான் இளைஞர்.

“உன் அம்மா என்ன செய்கிறார்?” என்று அதிபர் கேட்டபோது “அவர் ஊரில் உள்ளவர் களின் ஆடைகளைச் சலவை செய்துகொடுத்துத்தான் சம்பாதிக்கிறார்” என்று பதில் வந்தது இளைஞரிடமிருந்து.

சற்றுநேரம் யோசித்த கம்பனி அதிபர் “இந்தப் பதவிக்குத் தேவையான தகுதியும் திறமை களும் உண்ணிடம் இருக்கின்றன. உண்ணை நான் சேர்த்துக்கொள்ளத் தயார். ஆனால் அதற்கு முன்னால் நீ ஒன்று செய்ய வேண்டும். நானை உன் தாயின் கைகளை நன்றாகக் கழுவிச் சுத்தம் செய்துவிட்டு நானை மறுநாள் என்னை வந்து சந்திக்கவேண்டும்” என்றார்.

இளைஞருக்கு அவரது கூற்று விணோதமானதாகத் தோன்றியது. எனினும் வீட்டுக்குத் திருமிக் சென்ற அவன் மறுநாட் காலையில் அவர் சொன்ன மாதிரியே தனது தாயின் கைகளைப் பிழித்துக் கழுவத் தொடங்கினான். சவர்க்கார நீரின் காரத் தன்மையாலும் கடும் உழைப் பினாலும் புண்ணாகித் தழும்பேறிப் போயிருந்த அவனது கைகளை அன்றுதான் அவன் முதன் முதலாக அவதானித்தான். அவனது உள்ளங்களில் தோல் வெடிப்புற்று இரத்தம் கசிந்து கொண்டிருப்பதைக் கண்டபோது அவனுக்கு அழுகையே வந்துவிட்டது. தன்னைப் படிக்க வைப் பதற்காக அவன் என்னை பாடும் வேதனையும் அனுபவித்திருக்கிறான் என்பதை உணர்ந்து கொண்டபோது அவன் தனது தாயின் கைகள் இரண்டையும் தன் கண்களில் ஒழிந்துகொண்டு விமிமி விமிமி அழுதான். தனது மகனது பரிதாப நிலையைக் கண்டு உருகிப்போன தாயோ அவனைக் கட்டித் தழுவிக்கொண்டு சமாதானப்படுத்தினான்.

அன்று அவன் தனது தாயைத் துணி துவைக்கும் வேலைக்குச் செல்லவிடவில்லை. சேகரித் திருந்த அத்தலை அழுக்குத் துணிகளையும் தானே ஆற்றங்களைக்கு எடுத்துச் சென்று சலவை செய்து காயப் போட்டான். அவன் அன்று முற்றாகக் களைத்துப் போய்விட்டான். என்றாலும் அடுத்த நாளும் தனது புதிய தொழிலுக்குப் போகாமல் அவனே தாய் சேகரித்து வந்திருந்த அழுக்குத் துணிகளையெல்லாம் சலவை செய்தான். இவ்வாறு அவன் தனது தாய்க்கு ஆறு நாட்கள் ஓய்வு கொடுத்துவிட்டுத் தானே அவனது வேலைகளைச் செய்து முடித்தான்.

அடுத்த தின்கட்கிழமை அவன் அந்தக் கம்பனி அதிபரைத் தேடிச் சென்றான். அவர் குறிப் பிட்ட நாளில் போகாதபடியால் வேலை கிடைக்குமோ என்ற பயம் அவனை வாட்டிக்கொண்டே இருந்தது. அவனைக் கண்ட கம்பனி அதிபர் “என்ன நடந்தது? என் தாமதம்? உன் தாயின் கைகளைக் கழுவி விட்டாயா?” என்று கேட்டார். கண் கலங்கியவாறு நடந்ததையெல்லாம் அவரிடம் கூறித் தன் தாமதத்துக்கான காரணத்தை விளக்கினான் இளைஞர்.

“நல்லது.. உன் தாய் பட்ட கஷ்டங்களை இப்போது நீ உணர்ந்து கொண்டிருக்கிறாய். இப்படித் தன்னோடு கூட இருப்பவர்களின் கஷ்ட நல்லடங்களைப் புரிந்துகொண்டு அவர்களுக்கு உதவக்கூடியவர்கள்தான் என் கம்பனிக்குத் தேவை. இனி இங்கு நீ உனது கடமையைத் தொடங்கலாம்” என்றார் அந்த மனிதர் கணிவான குரலில்.

Is Ajinomoto harmful to our health?

அஜினோமோட்டோ ஆபத்தானதா?

சமையலின் போது உணவுகளுக்குச் சுவை கூட்டப் பயன்படுத்தப்படும் ஒரு சேர்வையே அஜினோமோட்டோ. இது உடல் நவத்திற்குத் தீங்கு விளைவிக்கப்படும் என்று காரணம் கூறி அதன் பாவனையைக் கட்டுப்படுத்தவும் சில்லறை விற்பனையைத் தடை செய்யவும் இலங்கை அரசாங்கம் அன்றையைக் காலத்தில் நடவடிக்கை எடுத்தது. இதன் காரணமாக மக்கள் மனதில் அஜினோமோட்டோ பற்றிய அச்சும் அதிகரித்துள்ளது. அஜினோமோட்டோ பற்றிய சில உண்மைகளை நாம் இங்கு தொகுத்துத் தந்துள்ளோம்.

அஜினோமோட்டோ ஒரு நாற் றான்டு காலத்துக்கு மேலாக உலகெங்கும் பயன்படுத்தப்பட்டு வருகிறது. அஜினோமோட்டோ என்ற ஜப்பானிய சொற்றொடரின் கருத்து ‘சுவையின் சாரம்’ என்பதாகும். இது சமையலின் போது உணவுகளின் சுவையைக் கூட்டும் ஆற்றலுள்ள குளுந்றாமேட் (Glutamate) என்ற உப்பைக் கொண்டுள்ளது. இது குளுந்றாமிக் அமிலம் (Glutamic acid) என்றும் முக்கியமான அமினோ அமிலத்திலிருந்து பெறப்படுகிறது.

ஜப்பானியரான கிகுனே இகேதா என்பவர் குளுந்றாமேட் என்ற உப்பை கடற்பாசியிலிருந்து முதன் முதலாகப் பிரித்தெடுத்தார். 1909ம் ஆண்டு இது சந்தைக்கு வந்தது. குளுந்றாமிக் அமிலத்தின் எனிய சோடியம் உப்பான மொனோ சோடியம் குளுந்றாமேட் (Mono Sodium Glutamate) என்ற சேர்வையே இப்போது அஜினோமோட்டோவில் காணப்படுகிறது. MSG எனச் சுருக்கமாக அழைக்கப்படும் இக்சேர்வை தற்போது இரசாயன முறையில் தொகுக்கப்படுகிறது.

அன்றைய காலத்தில் அஜினோமோட்டோவுக்கு (MSGக்கு) எதிராகப் பல குற்றச் சாட்டுக்கள் சுமத்தப்பட்டுள்ளன. அது மனிதர்களின் மைய அரும்பு - 44

நாம்புத் தொகுதியை-குறிப்பாக மூளையை - சேதப்படுத்துகிறது என்றும் மனிதர்களில் பலவிதமான ஒவ்வாமைத் தாக்கங்களை (Allergic reactions) ஏற்படுத்துகிறது என்றும் புற்று நோய்க்கு வழிவகுக்கிறது என்றும் இரத்த அழுத் தத்தை அதிகரிக்கச் செய்கிறது என்றும் குற்றச் சாட்டுக்கள் முன்வைக்கப்பட்டன. அத்தோடு இது கருவிலுள்ள குழந்தைகளில் உறுப்புச் சிதைவை ஏற்படுத்துவதாகவும் கூறப்படுகிறது.

சீன உணவுகங்களில் (Chinese Restaurants) பரிமாறப்படும் உணவுகளில் அதிகளவு அஜினோமோட்டோ சேர்க்கப்பட்டுவதால் அவ்வணவுகங்களில் சாப்பிடும் பலர் பலவிதமான ஒவ்வாமைக் கோளாறுகளால் பாதிக்கப்படுவதாகக் கூறப்படுகிறது. இக்கோளாறுகள் கூட்டாக (Chinese Restaurant Syndrome) என அழைக்கப்படுகின்றன. இலங்கையில் அஜினோமோட்டோ வுக்கு எதிரான பிரசாரங்களுக்கும் நடவடிக்கைகளுக்கும் ஆதரவான சான்றாக இக்கோளாறுகளே முன்வைக்கப்படுகின்றன. அத்தோடு இலங்கையில் அஜினோமோட்டோவின் உபயோகம் பல மட்டங்கு அதிகரித்திருப்பதைக் காரணம் காட்டி அது கட்டுப்படுத்தப்பட வேண்டியதன் அவசியம் வலியுறுத்தப்படுகிறது.

இவ்விடயம் பற்றி நாம் நுனுக் கமாக ஆராய்ந்து பார்த்த போது பின் வரும் உண்மைகள் தெரிய வந்தன.

குழந்றாமேட் என்பது தக்காளி, சீஸ், இறைச்சி, மரக்கறிகள், முட்டை, தாய்ப்பால் முதலிய புரதம் கொண்ட உணவுகளில் இயற்கையாகவே காணப்படுகிறது. சோயா ஸோஸ், வினாக்கிரி, யோகட் முதலியவற்றைத் தயாரிக்கப் பயன்படுத்தப்படும் நொதித்தல் செயல் முறையின் மூலமே MSG தயாரிக்கப் படுகிறது.

மூன்று உட்பட மைய நரம்புத் தொகுதியில் MSG எவ்வித பாதிப்பையும் ஏற்படுத்துவதில்லை என்பதை விளங்குகளில் நடத்தப்பட்ட ஆய்வுகள் எடுத்துக் காட்டியுள்ளன. அத் தோடு மனித மூன்றையானது கணிசமான அளவு குழந்றாமேட்டைத் தானே உற்பத்தி செய்து கொள்வதாகவும், இப் பதார்த்தம் மூன்றையின் சரியான செயற்பாட்டுக்கு அத்தியாவசியம் என்பதும் தெரிய வந்துள்ளது.

MSG என்பது ஒரு புரதமல்ல. பொதுவாகப் புரதங்களே அலர்ஜி என்னும் ஓவ்வாமைத் தாக்கங்களுக்குக் காரணமாக இருக்கின்றன. தக்காளி, காளான்கள், சீஸ், இறைச்சி வகைகள், சில மீன் வகைகள், இறால், கணவாய் போன்ற உணவுகள் சிலரில் கடும் ஓவ்வாமைத் தாக்கங்களை உருவாக்குகின்றன. சின உணவுகளில் பரிமாறப்படும் உணவுகளில் மேற்குறிப்பிட்ட உணவுப் பண்டங்கள் பயன்படுத்தப்படுவதனால் அங்கு உணவுருந்தும் சிலர் இப்படியான ஓவ்வாமைத் தாக்கங்களுக்கு உள்ளாகின்றனர். சின உணவுகளங்கள் தமது உணவுப் பண்டங்களில் அஜி னோமோட் டோவையும் சேர்த்துக் கொள்வதால் மேற்குறிப்பிட்ட Chinese Restaurant

Syndrome என்னும் பாதிப்புக்களுக்கு அஜி னோமோட் டோவே காரணம் எனப் பழி சுமத்தப்படுகிறது.

MSG பற்று நோயை உருவாக்குகின்றது என்பதை நிரூபிப்பதற்கு விஞ்ஞான ரீதியான சான்று எதுவும் இது வரை முன்வைக்கப்படவில்லை. உணவு விவசாய அமைப்பு (FAO), உலக சுகாதார அமைப்பு (WHO) என்பவற்றி நால் நியமிக்கப்பட்ட JECFA என்ற நிபுணர் குழு இது தொடர்பாக 1970, 1973, 1987ம் ஆண்டுகளில் ஆய்வுகளை நடத்தியது. “உணவுடன் MSG வழங்கப்பட்ட போது எவ்வித நச்சுத் தன்மையோ பற்று நோய் உருவாக்கமோ அவதானிக்கப்படவில்லை என்பதைப் பல விளங்கு இனங்களில் நடத்தப்பட்ட ஆய்வுகள் எடுத்துக் காட்டியுள்ளன. அத்தோடு கர்ப்பத்திலோ அல்லது பிறக்கப் போகும் சிக்ககளிலோ எவ்விதமான பாதிப்பும் காணப்படவில்லை.” என இந்த நிபுணர் குழு அறிக்கை விடுத்திருந்தது.

அஜி னோமோட் டோ/MSGக்கு எதிரான பரவலான குற்றச்சாட்டுக்கள் காரணமாக அது பற்றி நூற்றுக்கணக்கான ஆய்வுகள் இதுவரை மேற்கொள்ளப்பட்டுள்ளன. இந்த ஆய்வுகள் யாவும் MSG மிகப் பாதுகாப்பானது என்பதையே எடுத்துக் காட்டியுள்ளன.

MSGயில் சோடியம் இருப்பதானால் அது உயர் குருதி அமுக்கத்தை ஏற்படுத்தும் எனக் கூறப்படுகிறது. எனினும் MSGயில் சோடியம் 12% மாத்திரமே இருக்கிறது. அதேவேளை கறி உப்பில் அது 34% காணப்படுகிறது. எனினும் கறியுப்பு சேர்க்கப்படும் அளவுக்கு உணவோடு MSG சேர்க்கப்படுவதில்லை என்பது யாவரும் அறிந்ததே.

நம் நாட்டில் Glycophosphate என்ற கணகொல்லியின் உபயோகம் 2015ம் ஆண்டு தடை செய்யப்பட்டது. இக் கணகொல்லி உபயோகிக்கப்பட்ட பிரதேசங்களில் மக்கள் கடுமையான சிறுநீரகப் பாதிப்புக்கு உள்ளானதே இதற்குக் காரணம். இந்த நிலையில் சில விவசாயிகள் MSGயின் நீர்க் கரை சலைக் கணகொல்லியாகப் பயன் படுத்தலாயினர். எனவே ‘கணகண வேரோடு அழிக்கும் MSG மனித உடலில் எத்தகைய பாதிப்பை ஏற்படுத்தும் என்பதைச் சிந்தித்துப் பாருங்கள்’ என்ற கோஷம் முன்வைக்கப்பட்டது.

சாதாரண கறியுப்புக் கரைசலை ஊற்றியும் கணக்களை முற்றாக அழிக்கலாம். கறியுப்புக் கரைசல் தாவர இழையங்களில் உள்ள நீரை வெளியேறச் செய்கிறது. இதனாலேயே தாவரங்கள் இறக்கின்றன. பயன் தரும் பயிர் களும் இவ்வாறு பாதிக்கப்படும் என்பதனாலேயே கறியுப்பு கணகொல்லியாகப் பயன்படுத்தப்படுவதில்லை. இதேபோல் வினாக்கிரியும் சிறந்த கணகொல்லிதான். இருந்தாலும், கறியுப்பும் வினாக்கிரியும் சிறந்த கணகொல்லிகள் என்பதற்காக அவற்றை நாம் உபயோகிக்காமல் இருக்க வேண்டுமா? நாம் பயன்படுத்தும் அளவைப் பொறுத்தமட்டில் அவை எமக்கு நஞ்சாவதில்லை.

இலங்கையில் MSGயின் பாவனை அன்மைக் காலத்தில் அதிகரித்ததற்குக் காரணம் இந்த விவசாயப் பயன் பாடே ஒழிய உணவு ரீதியான பாவனை அல்ல என்பதும் இங்கு கவனிக்கப்பட வேண்டும்.

Federation of American Societies for Experimental Biology (FASEB) என்ற அமைப்பு 1995ல் மேற்கொண்ட ஆய்வின் முடிவில் ‘நீண்டகால உடல் அரும்பு - 44

நலப் பாதிப்பு எதனுடனும் MSGஐத் தொடர்பு படுத்துவதற்கான சான்றுகள் எதுவும் இல்லை’ என்று குறிப்பிட்டிருந்தது.

ஐக்கிய அமெரிக்க அரசாங்கத்தின் உணவு மற்றும் மருந்து அதிகார சபை என்னும் FDA நிறுவனம் ‘MSG பொது வாகப் பாதுகாப்பானது’ எனத் தீர்ப் பளித்திருக்கிறது. FDAயின் தீர்ப்புக் கணகொல்லியாகப் பயன் படுத்தலாயினர். எனவே ‘கணக்களை வேரோடு அழிக்கும் MSG மனித உடலில் எத்தகைய பாதிப்பை ஏற்படுத்தும் என்பதைச் சிந்தித்துப் பாருங்கள்’ என்ற கோஷம் முன்வைக்கப்பட்டது.

அவஸ்தி ரேவிய-நியூஸ் லாந்து உணவு நியமங்கள் எனும் அமைப்பு 2002இல் MSGயின் ஆபத்து பற்றி ஆய்வொன்றை நடத்தியது. ஆய்வின் முடிவில் ‘உணவுகளில் பொதுவாகப் பயன் படுத்தப்படும் MSGயின் அளவு பொது மக்களுக்குப் பாதுகாப்பானது’ என அதன் தலைமை விண்ணானி தீர்ப்பு அளித்திருந்தார்.

இதேபோன்று ஜரோப்பிய கமிஷனின் உணவு பற்றிய விண்ணானக் குழு MSG பற்றிய ஆய்வுகளை மீளாய்வு செய்த பின்னர் 1991இல் வெளியிட்ட அறிக்கையில் ‘MSG தீங்கற்றது; ஒரு நாளைக்கு இவ்வளவுதான் உள்ளெடுக்கலாம் என்ற வரையறை தேவையற்றது’ எனக் குறிப்பிட்டிருந்தது கவனிக்கப்பட வேண்டும். ★

ஆஜினோமேட்டோவைப் பயன்படுத்துமாறு தூண்டுவது இக்கட்டுரையின் நோக்கமல்ல. தேவையின்றி இரசாயனப் பொருட்களைப் பயன்படுத்தாமல் இருப்பதே சிறந்தது.

ஓரு தூயின் கடிதம்



அன்புள்ள மகளே!

நீ வளர்ந்தவள்; என்னவிடப் படித்தவள். இந்த நிலையில் உனக்கு நான் புத்தி சொல்ல வந்துவிட்டேன என்று கோபப்படாதே. நான் கல்வியில் குறைந்தவளாக இருந்தாலும் வாழ்க்கையில் குட்டுப்பட்டு நிறையப் படிப்பினைகளைப் பெற்றிருக்கிறேன். விஞ்ஞானமும் தொழில் நுட்பமும் எவ்வளவுதான் வளர்ந்தாலும் மனித சபாவம் எப்போதும் ஒன்றுதான் என்ற உண்மையைப் புரிந்து கொண்டிருக்கிறேன்.

எனவே நான் கூறும் விடயங்களை மனதில் பதித்துக்கொண்டு அதன்படி உன் வாழ்க்கைப் பாதையை அமைத்துக்கொள்வாய் என நம்புகிறேன்.

★ ஆடம்பரமான வீடு, பெறுமதி மிக்க தங்க நகைகள், நவீன பாணி ஆடைகள், வகை வகையான சிகை அலங்காரங்கள், உயர்வகை மொபைல் போன், உயர் ரக கைப்பைகள் முதலியவற்றால் மற்றவர்களின் மதிப்பைச் சம்பாதிக்க முயற்சிக்காதே. அவற்றுக்காகக் கிடைக்கும் மதிப்பு அர்த்தமற்றது. அவை இல்லாமற் போகும் போது அல்லது அவற்றை விடச் சிறந்தவற்றை மற்றவர்கள் பெற்றுக்கொள்ளும் போது அந்த மதிப்பு இல்லாமற் போய்விடும்.

இறையச்சம், நல்ல குணவியல்புகள், பயனுள்ள அறிவு என்பவற்றின் காரணமாகக் கிடைக்கும் மதிப்புத்தான் உன்னதமானது என்பதை மறக்காதே.

★ மற்றவர்களின் குற்றங்குறைகளை உன்னிடம் கூற வருபவர்களை நண்பர்களாக்கிக் கொள்ளாதே. அவர்கள் உன்னைப் பற்றியும் அதே விதமாக மற்றவர்களிடம் கூறாமல் இருப்பார்களா? ‘அவர் உன்னைப் பற்றி இப்படிச் சொன்னார்; இவர் இப்படிச் சொன்னார்’ என்று உன்னிடம் கூறுபவர்கள் உன மனதில் அழுக்கை குவிக்கும் அசிங்கமான வேலையையே செய்கிறார்கள். அப்படியானவர்களைப் பற்றி எப்போதும் கவனமாக இரு எமது வீட்டுக்குள் அழுக்கைக் கொட்ட யாருக்கும் இடங்கொடுக்காத நாங்கள் எங்கள் உள்ளத்தில் அழுக்கைக் கொட்ட இடமளிக்கலாமா?

நண்பர்களுடன் பேசும் போது நல்லவற்றையே பேச. கருத்துக்களைப் பற்றி உரையாடு. ஆனால் மற்றவர்களின் குறைகளைப் பற்றி அலசாதே.

★ நீ கேள்விப்பட்ட அல்லது வாசித்த ஒன்றை இன்னொருவரிடம் கூற முன்னர் பின்வரும் மூன்று கேள்விகளையும் நீ உன்னிடமே கேட்டுக்கொள்.

இந்த விடயம் முற்றிலும் உண்மையானது என எனக்கு உறுதியாகத் தெரியுமா?

இது மனச் சங்கடமின்றி யாரிடமும் சொல்லக்கூடிய நல்ல விடயமா?

இதனைக் கூறுவதனால் யாருக்காவது பிரயோசனம் ஏற்படுமா?

இவற்றுள் ஏதேனுமொன்றுக்கு ‘இல்லை’ என்ற பதில் வருமாயின் அந்த விஷயத்தைக் குப்பையில் ஏறிந்துவிடு

★ குடும்பத்தின் வருமானத்துக்கு ஏற்றவாறு செலவு செய்யப் பழகிக்கொள். மற்றவர்களைப் போல் வாழ முயற்சித்தால் முழுக் குடும்பமும் கடன் குழியில் விழ நேரிடும்.

★ அயலவர்களோடு விட்டுக்கொடுத்து வாழப் பழகிக்கொள். அவர்கள் செய்யும் தவறுகளைப் பெருமளவோடு பொறுத்துக் கொள்.

இப்போதைக்கு இவ்வளவும் போதும் என்று நினைக்கிறேன். அதிகம் எழுதி உனக்குத் தொந்தரவு தர நான் விரும்பவில்லை.

இப்படிக்கு - உன் அன்புத் தாய்

அரும்பு - 44



நேபாளத்தில்

சில நாட்கள் (II)

(A Few Days in Nepal)

நேபாளம் நிலத்தினால் சூழப்பட்ட, கடற்கரையில்லாத ஒரு நாடு. மேற்கி ஹம் தெற்கிலும் கிழக்கிலும் இந்தியா வினால் சூழப்பட்டிருக்கிறது. வடக்கில் சினாவின் திபெத் பிராந்தியம் இருக்கிறது. இந்தியாவின் கொல்கட்டா துறைமுகத்தினுடாகத்தான் ஏற்றுமதி இறக்குமதி அனைத்தும் செய்யப்படுகிறது. எனவே பெற்றோலியம் உட்பட அனைத்து அத்தியாவசியப் பண்டங்களும் இந்தியாவின் ஊடாகத்தரை வழி யாகத் தான் வந்து சேர வேண்டும். இதனால் பிரதான பாதைகளில் பவுஸர்கள், ட்ரக்குகள் போன்ற கன்றக வாகனங்களின் நெருக்கடி கூடுதலாகக் காணப்படுகிறது. எனினும் இதற்கு ஏற்றவாறு பாதைகள் நன்கு விருத்தி செய்யப்பட வில்லை. நேபாளம் இலங்கையை விட இரண்டு மடங்கு பரப்பளவு கொண்டது. இலங்கையில் தற்போது இருக்கின்ற செப்பனிடப்பட்ட பாதைகளின் மொத்த நீளம் ஓரிலட்சம் கிலோ மீட்டர் களுக்கு மேல். நேபாளத்தில் உள்ள செப்பனிடப்பட்ட பாதைகளின் நீளம் சமார் 10,000 கிலோ மீட்டர் மாத்திரமே. அங்குள்ள சனத்தொகை 3 கோடிக்கும் மேல் என்பதால் பிரச்சினை மேலும் சிக்கலாகிறது.

பொக்காராவுக்குச் செல்லும் வழி யில் பல கிராமங்களையும் சிறு நகரங்களையும் கடந்து சென்றோம். கோடையின் கோரத்தினால் வறண்டுபோன நதிகளும் ஆங்காங்கே குறுக்கிட்டன. கிராமப் பகுதிகளில் நெல்லும் சோளமும் அருகருகே பயிரிடப்பட்டிருந்தன. பெரும்பாலான கிராமப்புற வீடுகள்

மிகச் சிறியனவாக, கல்வனைசுத் தகட்டுக் கூரையுடன் தென்பட்டன. அவ்வாறான வீடுகள் அனைத்திலும் கூரைத் தகடுகள் பறக்காமல் பெரிய கற்கள் பரப்பி வைக்கப்பட்டிருந்தன. சிறிய மாடி வீடுகளும் ஆங்காங்கே பல்வேறு நிறப் பூச்சுக்களுடன் காணப்பட்டன. அம்மாடி வீடுகள் அனைத்திலும் கீழ் தட்டில் கடைகள் இருப்பதையும் அக்கடைகளைப் பெண்களே நடத்துவதையும் அவதாரித்தேன். வெளிநாட்டில் தொழில் புரியும் கணவன்மார் அனுப்பும் பணத்தில் வீட்டைக் கட்டிவிட்டு மேலதிக வருமானத்துக்கு மனைவிமார் கடைநடநடத்துவதாக இருக்கலாம் என்னினைத்துக்கொண்டேன்.

பாதையின் ஓரங்களில் நிழலுக்காகப் பெரிய மரங்கள் வளர்க்கப்பட்டு அவற்றைச் சுற்றி அகன்ற மண்மேடைகள் அமைக்கப்பட்டிருப்பதை வழி நெடுகிலும் கண்டேன். பிற்பகல் வேளையில் வீடுகளினுள் இருக்கும் புழுக்கத்தில் இருந்து தப்பிக்கொள்வதற்காக அம்மேடைகளின் மர நிழலில் மனிதர்கள் குடும்ப சுதைம் உட்கார்ந்து அரட்டை அடிப்பதும் நித்திரை கொள்வதும் சுக்ஜூ மான காட்சியாக இருந்தது. பெரும்பாலான வீடுகளுக்கு முன்புறமாகப் பெண்கள் அமர்ந்து பேசிக் கொண்டிருந்தார்கள்; அல்லது பேன் பார்த்துக் கொண்டிருந்தார்கள். என்னதான் சிரமங்களும் குறைபாடுகளும் இருந்தாலும் நேபாள மக்கள் தமது வாழ்க்கையை அமைதியாக அனுபவித்து மகிழ்ச்சின்றார்கள் என்பது எனக்கு வழிநெடுகிலும் நன்கு புலனாகியது.

நீண்ட காலம் நிலைத்திருந்த மன்னராட்சியில் மக்களின் அடிப்படைத் தேவைகள் கணிசமாகப் புறக்கணிக்கப் பட்டிருக்கிறது என்பது தெளிவாகத் தெரிந்து. நேபாளத்தில் எத்தனையோ பெரிய நதிகள் இருந்த போதிலும் நீர் மின் உற்பத்தியில் அந்நாடு பெரிதும் பின்தங்கியிருக்கிறது கவலைக்குரியதே. மின்சாரப் பற்றாக்குறை நாட்டின் பொருளாதார மற்றும் தொழில் நுட்ப முன்னேற்றத்தைப் பெரிதும் பாதித்து இருக்கிறது. அதே போன்று பாதை களின் குறைபாடும் முன்னேற்றத்துக்குப் பாரிய தடையாக இருக்கிறது. பொதுப் போக்குவரத்துச் சேவைகள்கூட சந்தோஷப்படக்கூடியனவாக இல்லை. தாழ் வான் கூரையுள்ள மினி வான்களும் ஏழெட்டு ஆசனங்கள் கொண்ட முச்சக்கர வண்டிகளும்தான் நகரில் அதிகமாகச் சஞ்சரிக்கின்றன. முன்பு இருந்த குறுகிய ரயில் சேவைகளை தற்போது இல்லை.

தமது நாட்டை முன்னேற விடாமல் தடுப்பது இந்தியாதான் என்ற எண்ணம் நேபாள மக்களிடம் பொதுவாகக் காணப்படுகிறது. நேபாளத்தின் அபிவிருத்தித் திட்டங்களில் இந்தியா தலையிட்டுத் தடைகளை ஏற்படுத்துவதாகப் பொருளியல் கற்பிக்கும் ஆசிரியரொரு வர் என்னிடம் கூறினார். அண்மைக் காலத்தில் இந்தியா நேபாளத்தின் மீது பொருளாதாரத் தடையொன்றையும் விதித்திருந்ததாம். இதனால் நேபாள மக்களிடையே இந்தியாவைப் பற்றிய குரோதமும் இந்தியர்களைப் பற்றிய துவேஷமும் பரவலாகக் காணப்பட்டது. நான் ஓர் இந்தியன் என நினைத்த ஹோட்டல் பணியாளர்கள், டாக்களி டிரைவர்கள் போன்றோர் ஆரம்பத்தில் ஒரு வகை வேண்டா வெறுப்புடனேயே நடந்துகொண்டார்கள். நான் இலங்கை யிலிருந்து வந்திருக்கிறேன் என்பதை

அறிந்துகொண்டபின் மிக மரியாதை யுடன் நடத்தினார்கள். இலங்கையைப் பற்றி அவர்களிடம் காணப்பட்ட நல் பலிப்பிராயத்தைக் கண்டு நான் பூரித்துப் போனேன். ‘உங்கள் நாடு மிக அழகான தாமே’, ‘உங்கள் நாட்டில் எழுத் தறிவு வீதம் நூற்றுக்கு நூறு இருக்கிறதாமே’ என்றெல்லாம் பலர் வியந்து சொன்னார்கள். (நேபாளத்தில் எழுத் தறிவு வீதம் 45% மாத்திரமே)

அன்று நாம் பொக்காரா நகரைச் சென்றடைந்த போது மாலையாகிவிட்டது. நேபாளத்தில் வெளிநாட்டுச் சுற்றுலாப் பயணிகள் வந்து குவியும் மத்திய தளமாக அந்நகர் விளங்குகிறது. அங்கு ஒரளவு குளிரான காலநிலை நிலவியது. பொக்காராவில் உள்ள பெவா என்னும் ஏரியை அண்மிய பகுதியிலுள்ள ஒரு ஹோட்டலில் நாம் தங்குவதற்கான ஏற்பாடுகள் செய்யப்பட்டிருந்தன. அப் பகுதியில் எங்கு பார்த்தாலும் விதவித மான பெயர்களில் சுற்றுலா விடுதிகள் தான் காணப்பட்டன. மலையேறுவதற் காகவும் விமானத்தில் இமய மலைத் தொடரைச் சுற்றிப் பறப்பதற்குமாகவே அதிகமானோர் அங்கு வந்தனர். ஐப்பானியர்களையே அங்கு நான் கூடுதலாகக் கண்டேன்.

பொக்காராவிலும் நீண்டநேர மின் வெட்டு அமுலில் இருந்தது. மின்விசிறி இயங்காதனால் விடுதி அறையினுள் புழுக்கம் அதிகமாக இருந்தது. மறு நாட் காலையில் மற்றவர்களோடு பொக்காராவிலுள்ள கந்தகி மருத்துவக் கல்லூரிக்குச் சென்றேன். அக்கல்லூரி யின் அதிபர் எம்மை அன்புடன் வரவேற்று உள்ளே அழைத்துச் சென்றார். அங்குதான் மஸ்கியூலர் டிஸ்ட்ரோபி யினால் பாதிக்கப்பட்டுள்ள சிறுவர் களுக்கான மருத்துவ முகாம் ஏற்பாடு செய்யப்பட்டிருந்தது. பலவேறு துறை

களையும் சேர்ந்த மருத்துவ நிபுணர் களும் கல்லூரியின் மருத்துவ மாணவர் களும் வந்திருந்த நோயாளர்களைப் பரிசோதித்து அவர்களது பெற்றோர் களுக்குத் தேவையான ஆலோசனை களை வழங்கினர். நான் ஓர் அவதானி யாகவே இருந்தேன். அன்றிரவு அங்கிருந்த பிரபல உணவுக்கொண்டில் எமக்கான ஒன்றுக்கூடலோன்றும் இராப் போசனமும் ஏற்பாடு செய்யப்பட்டிருந்தது. அவற்றில் கலந்து கொண்டேன்.

மறுநாள் காலையில் மஸ்கியூலர் டிஸ்ட்ரோபி பற்றி மக்களுக்கு விழிப் புணர்வு ஏற்படுத்துவதற்காக பொக்காராவின் பிரதான வீதியியொண்டில் நடத்தப்பட்ட பொது ஊர்வலத்தில் நான் கலந்து கொண்டேன். ஊர்வலத்தின் முடிவில் MDF அமைப்பின் விசேடமாநாடு இடம்பெற்று. அந்த மாநாட்டில் நானும் உரையாற்றினேன். மாநாட்டின் இறுதியில் பி.பி.ஸி.யின் நேபாள மொழிச் சேவைக்காக என்னைப் பேட்டி கண்டனர். சில பத்திரிகை நிருபர்களுக்கும் பேட்டியளித்தேன்.

நேபாளத்தில் கல்வி வசதிகள் திருப்திகரமாக இல்லை. அரசாங்கப் பாடசாலைகள் பழையகட்டடங்களில் கவர்ச்சி யற்றானவாக விளங்கின. கத்மண்டுவில் நான் கண்ட தர்பார் ஹெல் ஸ்கூல் என்ற பிரதான பாடசாலையில் வகுப்பறை கள் இருள்ளடந்தனவாகவும் அவற்றின் கதவு யன்னல்கள் உடைந்தும் காணப்பட்டன. நான் கண்ட கிராமப் பகுதி களில் நிலைமை இதைவிட மோசமாக இருந்தது. இதனால் எல்லாப் பகுதி களிலும் தனியார் பாடசாலைகள் முளைத்திருக்கின்றன. காலை வேளையில் வெவ்வேறு நிறங்களில் சீருடை அணிந்த மாணவ மாணவிகள் தத்தமது பாடசாலைகளை நோக்கிச் செல்வதை யும் பாடசாலைக்கு முன்பாக அணி

வகுத்து நிற்பதையும் காணக்கூடியதாக இருந்தது. இளம் சந்ததியினர் ஆங்கிலத் தில் உரையாடும் திறனைப் பெற்றிருப்பதற்கு இத்தனியார் பாடசாலைகள் காரணமாக இருக்கலாம் என்று நினைக்கிறேன்.

மாநாடு முடிந்த பின் நானும் ஐப்பானிலிருந்து வந்திருந்த பேராசிரியர்கள் இருவரும் எமது ஹோட்டலுக்கு நடந்தே செல்லத் தீர்மானித்தோம். பொக்காரா நகரின் பல வீதிகளிலுள்ள நீண்ட நேரம் நடந்து சென்ற எமக்கு அந்தகரமக்களின் வாழ்க்கை முறைகளை ஒரளாவுக்கு அவதானிக்க வாய்ப்புக் கிடைத்தது. அன்று இரவு அங்குள்ள சுதேச உணவுக்கொண்டில் எமக்கு இரவுணவு ஏற்பாடு செய்யப்பட்டிருந்தது. மின் வெட்டு காரணமாக இரவில் வீதிகள் இருளில் மூழ்கிக் கிடந்தன. எங்கள் போன்களின் ஒளியைப் பயன்படுத்தியே குன்றுங் குழியுமான வீதிகளில் நடந்து சென்றோம். அப்பகுதி மக்களின் பிரதான உணவு அரிசிச் சோறுதான். சோற்றோடு பருப்புக்கறி, ஒரு வகைக் கிரைக்கறி, பாகற்காய் அச்சாறு, பப்படம் என்பன எப்போதும் பரிமாறப்பட்டன. சில இடங்களில் உருளைக் கிழங்கு, கத்தரிக்காய், அவரை என்பன கிடைத்தன. ஏனைய காய்கறி வகைகளை மிக அரிதாகவே காண முடிந்தது. ஆற்று மீன் வகைகள் சிலவற்றை ஒரு சந்தையிலே கண்டேன். கடல் மீன்கள் அங்கு கிடைப்பதில்லை. என்னைப் பொறுத்தமட்டில் நேபாள உணவைச் சாப்பிடுவது சிரமமாக இருக்கவில்லை.

நேபாள மக்களில் 84% இந்துக்களாவர். புத்தர் பிறந்த நாடாக இருந்தாலும் அங்கு பெள்த்தர்கள் 9% தான் இருக்கின்றனர். எனினும் பெரும்பாலான நேபாள மக்கள் கௌதம புத்தரை ஒரு தேசிய அடையாளச் சின்னமாக மதிக்

கிறார்கள் போல் தெரிந்தது. பெரும் பாலான கனரக வாகனங்களின் பின் புறத்தில் புத்தரின் உருவப்படம் பதிக்கப் பட்டிருப்பதைக் கண்டேன். போதாக் குறைக்கு ‘புத்தா எயார் வைன்ஸ்’, ‘புத்தா சைக்கிள் ரெபயார்’, ‘புத்தா இரிஸ்ட் ஹோட்டல்’ என்றெல்லாம் பல்வேறு வர்த்தக நிறுவனங்கள் பெயரிடப்பட்டிருந்தன.

மறு நாள் காலையில் கத்மண்டு நோக்கிய பயணத்தை ஆரம்பித்தோம். கத்மண்டுவில் எமது விடுதியை அடைந்த போது மாலையாகிவிட்டது. மறு நாட்காலையில் நேபாளத்தின் இல்லாமி சங் என்ற அமைப்பின் தலைவர் என்னை வந்து சுந்திக்க ஏற்பாடாகியிருந்து. இளைஞரான அவர் தமது சகா ஒரு வரையும் அழைத்து வந்ததிருந்தார். அவர்கள் வந்தபோது ஹோட்டலின் முகாமையாளரும் பாதுகாப்பு உத்தி யோகத்தர்களும் சந்தேகக் கண்களோடு எம்மைக் கண்காணிக்கத் தொடங்கினர். நாம் அவர்கள் முன்னிலையிலேயே அமர்ந்து அவர்களுக்குத் தெளிவாகக் கேட்கக்கூடிய முறையில் எமது உரையாடலை நடத்தினோம். நேபாள மூஸ்லிம்களின் இன்றைய சமூக பொருளாதார நிலை குறித்துப் பல கேள்விகளை அவர்களிடம் கேட்டேன்.

நேபாள சனத்தொகையில் மூஸ்லிம் கள் 5% காணப்படுவதாக உத்தியோக

பூர்வ புள்ளிவிபரங்கள் கூறினாலும் மூஸ்லிம்கள் 9-10 சதவீதம் வரை இருக்கலாம் என அவர்கள் கூறினார்கள். மூஸ்லிம்கள் கல்வியிலும் பொருளாதாரத்திலும் மிகப் பின்தங்கியவர்களாக இருப்பதாகவும், 2015 செப்டம்பரில் அமூலுக்கு வந்துள்ள அரசியல் யாப்புதான் முதன்முதலாக மூஸ்லிம்களை நாட்டின் சிறுபான்மைச் சமூகங்களுள் ஒன்றாக அங்கீகரித்திருப்பதாகவும் அவர்கள் சொன்னார்கள்.

தலைநகர் கத்மண்டுவில் கணிசமான மூஸ்லிம் சனத்தொகை காணப்பட்டாலும் மூஸ்லிம்களுள் 97 சதவீதத்தினர் இந்தியாவை அண்டியுள்ள தெராய் பிராந்தியத்திலேயே வசிக்கின்றனர். மூஸ்லிம்களால் நடத்தப்படும் பாடசாலைகள் தலைநகர்ப் பிரதேசச்தில் இருப்பதாகவும் தகுதிவாய்ந்த ஆசிரியர்கள் இல்லாமை பெருங்குறையாக இருப்பதாகவும் அச்சோதரர்கள் கூறிக்கவலைப்பட்டனர். அரசாங்க சேவைகளில் மூஸ்லிம்கள் அறவே இல்லை என்பதும் மூஸ்லிம்கள் பெரும்பாலும் வியாபாரிகளாகவே இருக்கின்றனர் என்பதும் அவர்களது பேச்சிலிருந்து விளங்கியது.

அன்று நண்பகலில் நான் நாடு திரும்புவதற்காக நேபாளத்தை விட்டு மும்பாய் நோக்கிச் சென்றேன். மறுநாட்காலையில் வீடு வந்து சேர்ந்தேன்.★

கைது செய்யாதது ஏன்?

“இங்கே ஒரு விநோதமான குற்றச் செயல் நடந்திருக்கிறது. ஒரு பெண், தான் மொப் செய்துகொண்டிருந்த வாசலில் அதன் ஈரம் உலர முன்னரே காலடிவைத்ததற்காக அடுத்தவிட்டுக்காரரின் மண்ணையைப் பிளந்து விட்டாள்” என ஒரு பொலிஸ்காரர் வோக்கிடோக்கியின் ஊடாகத் தனது மேலதிகாரிக்கு அறிவித்தார்.

“அவளை நீர் இன்னும் கைது செய்யவில்லையா?” எனத் திருப்பிக் கேட்டார் மேலதிகாரி.

“இல்லை ஆயா; நான் உள்ளே போக முயலவில்லை. அவளது வாசல் இன்னமும் ஈரமாக இருக்கிறதே” என்றார் பொலிஸ்காரர்.



ஒருவர் பொய் சொல்கிறாரா?

அறிந்து கொள்ளச் சில வழிகள்

(How to Detect
Lies?)

பொய் சொல்பவர்களை இனக் கண்டுகொள்வதற்கான சில வழிகள் கீழே தரப்பட்டுள்ளன. புலனாய்வுத் துறையிலே நீண்டகால அனுபவம் பெற்ற நிபுணர்கள் சிலர் இவற்றை முன் வைத்துள்ளனர்:

1. கேள்விக்கு விடையளிக்கும் போது ஏற்படும் தாமதம்.

நீங்கள் ஒருவரை விசாரணை செய்யும் போது உங்கள் கேள்விக்குப் பதில் ஸிப்பதில் அவர் காட்டும் தாமதம் கவனிக்கப்பட வேண்டும். சிலவகையான கேள்விகளுக்கு எவரும் உடனடியாக விடையளிப்பார்கள் என எதிர்பார்க்க முடியாது. உதாரணமாக, ஒருவரிடம் “2010 ஜூன் வரி 10ம் திகதி மாலை 4 மணியனவில் என்ன செய்து கொண்டிருந்தீர்?” என்று கேட்டால் நிச்சயமாகப் பதில் வரத் தாமதமாகும். ஆனால் “2010 ஜூன் வரி 10ம் திகதி மாலை 4 மணியனவில் நீர் ஒரு நகைக்கடையைக் கொள்ளையடித்தீரா?” என்ற கேள்விக்கு உடனடியாக ‘இல்லை’ என்று பதில் தராமல் தாமதமாகிப் பதில் கூறினால் அவர் கூறுவதைப் பற்றிச் சந்தேகம் கொள்ளவேண்டும். நீங்கள் கேட்கும் கேள்வியின் தன்மையைப் பொறுத்தே இவ்விடயம் மதிப்பிடப்பட வேண்டும். விசாரிக்கப்படும் விடயம் பற்றிப் பொய் சொல்லத் திட்டமிடுபவர், எதிர்பாராத கேள்வியொன்றுக்கு முகங்கொடுக்கும் போது பதிலளிப்பதில் தாமதம் ஏற்படும்.

அரும்பு - 44

2. கூறும் வார்த்தைகளுக்கும் உடல் ரீதியான சமிக்ஞைகளுக்கும் இடையில் தொடர்பின்மை

இயல்பாகப் பேசும் போது நாம் கூறும் வார்த்தைகளுக்குப் பொருத்தமான முறையில் உடல் அசைவுகளையும் முகபாவங்களையும் எமது மூளை தோற்றுவிக்கும். எனவே ஒருவர் எமது கேள்விக்குப் பதிலளிக்கும் போது அவர் கூறும் சொற்களுக்கும் அவரது உடலசைவுகளுக்கும் முகபாவங்களுக்கும் இடையில் முரண்பாடு காணப்பட்டால் அவர் பொய் சொல்கிறார் எனச் சந்தேகிக்க முடியும்.

உதாரணமாக, “நீர் அந்தப் பணத்தை எடுத்தீரா?” என்று கேட்கப்பட்டவுடன் ‘ஆம்’ என்பதைக் குறிப்பதற்குச் செய்வது போல் தலையை மேலும் கீழுமாக ஆட்டிக்கொண்டு ‘இல்லை’ என்று சொன்னால் அவர் பொய் கூறுவதாக அனுமானிக்கலாம். எனினும் தொடர்ந்து பொய்க்கிறிப் பழகிய ஒருவர் இந்த விடயத்தில் திட்டமிட்டுக் கவனமாக இருக்கக்கூடும். எனவே ‘ஆம்’, ‘இல்லை’ போன்ற தனிச்சொல் விடைகளுக்கு இது பொருந்தாமற் போகலாம். எனினும் அப்படியான ஒருவர் தொடர்ந்து பேசும் போது உற்று அவதானித்தால் மேற்சொன்ன தொடர்பின்மை பல சந்தர்ப்பங்களில் புலப்படலாம்.

3. வாயை அல்லது கண்களை மறைத்துக் கொள்ளல்

பொய் கூறும் ஒருவர் பெரும்பாலும் தனது வாயை அல்லது கண்களை

மறைத்துக்கொள்ள முயற்சிப்பார். பொய்யை மறைத்துக் கொள்ளும் நாட்டம் இயல்பாகவே ஏற்படுகிறது. எனவே கேள்விக்குப் பதில் கூறும் போது ஒருவர் கையினால் வாயை மறைத்துக் கொள்ள முற்படுவாரா னால் அவர் பொய் கூறுகிறார் எனச் சந்தேகிக்கலாம். (சிலர் இயல்பான கூச்ச உணர்வு காரணமாக அவ்வாறு செய்வதும் உண்டு. அப்படியானால் அவர்களது இப்பழக்கம் எல்லாச் சந்தர்ப்பங்களிலும் வெளிப்படும்)

பொய் பேசும் ஒருவர் தான் கூறும் பொய்யைக் கேட்டுக் கொண்டிருப்ப வரின் முகபாவத்தில் ஏற்படும் மாற்றங்களைக் கண்டுகொள்ள அஞ்சவார். எனவே பொய்யான பதிலைக் கூறும் போது தனது கண்களைக் கைகளால் மறைக்க முயற்சிப்பார்; அல்லது தன பார்வையை வேறு திசையில் திருப்பிக் கொண்டு பேசுவார். சில வேளை களில் கையால் மறைக்காமல் கண்களை மூடிக்கொள்ளவும் கூடும். (கண் சிமிட்டுவது இதில் அடங்காது) சிலர் ஆழமாக யோசிக்கும் போது கண்களை மூடிக்கொள்வது சகஜம். எனினும் ஆழமாக யோசிக்கத் தேவையற்ற கேள்வியொன்றுக்கு விடையளிக்கும் போது ஒருவர் கண்களை மூடிக்கொண்டால் அவரது கூற்றைச் சந்தேகிக்கலாம்.

4. தொண்டையைக் கணப்பதும் விழுங்குவது போல் செய்தலும்

கேள்விக்குப் பதில்கூற முன்னர் ஒருவர் களைத்துத் தொண்டையைச் சரிசெய்து கொள்வதும் எதையோ விழுங்குவது போல் செய்வதும் சந்தேகத்தை ஏற்படுத்தக்கூடிய செயல்களாகும். (பதில் கூறிய பின்னர் அவ்வாறு செய்வது பிரச்சினைக்குரியதல்ல).

பதில் கூற முன்னர் தான் கூறப் போவதைச் சோடித்துக் கொள்கிறார் எனப் பையே இவ்வாறு கணப்பதும் விழுங்குவதும் கூட்டிக் காட்டுகிறது. கேட்கப் பட்டுள்ள கேள்வியின் காரணமாக மாட்டிக்கொள்ளப் போகிறோமோ என மனதில் கலக்கம் ஏற்படும் போது வாயும் தொண்டையும் வறண்டு போகலாம். அதனை நிவர்த்தி செய்து கொள்வதற்காகவும் இவ்வாறாகச் செய்வது உண்டு.

5. முகத்தை நோக்கிய கை அசை வகள்

உங்கள் கேள்விக்குப் பதில் கூறும் போது ஒருவர் தனது கையினால் முகத்திலும் தலையிலும் செய்யும் சேஷ்டைகளை உண்ணிப்பாகக் கவனியுங்கள். உதடுகளைக் கடித்தல் அல்லது நாவினால் தடவுதல், உதடுகளை அல்லது காதுச் சோணைகளைக் கையினால் இழுத்தல் போன்றவை இவற்றுள் அடங்கலாம். ‘உண்மையைச் சொன்னால் மாட்டிக் கொள்வோம்’ என்ற அச்சம் ஏற்படும் போது மனப் பதற்றம் திமிரென உச்ச நிலை அடையும். இந்தப் பதற்றத்தைத் தணிப்பதற்காக எமது தன்னாட்சி நரம்புத் தொகுதி செயலில் இறங்கும். இதன் விளைவாக முகத்தின் மேற்பரப்பு, காதுச் சோணைகள், கை கால்களின் அந்தங்கள் என்பவற்றிலிருந்து குருதி வடித்து செல்வது துரிதமடையும். இதனால் இப்பகுதிகளில் குளிர்ச்சியும் அரிப்பும் ஏற்படும். எனவே அவரை அறியாமலேயே அவரது கைகள் அப்பகுதிகளை நோக்கி இழுக்கப்படும். சில வேளைகளில் அவர் கைகளைப் பிசைந்து கொள்ளவோ ஒன்றன் மீது ஒன்றைத் தேய்க்கவோ முற்படுவார். இச்செயல்கள் அவர் பொய் சொல்கிறார் என்பதைக் காட்டித் தரும்.

6. சீர் செய்யும் உடலசைவுகள்

சிலர் தமது மனப் பதற்றத்தைத் தணித்துக் கொள்வதற்காக, பேசும் போது தமது உடை, தலைமுடிபோன் றவற்றைச் சீர்படுத்துவதிலும் தன் ணைச் சுற்றிக் காணப்படும் பொருட்களை ஒழுங்குபடுத்துவதிலும் ஈடுபடுவார்கள். பொய் சொல்பவர் ஓர் ஆணாக இருப்பின் அவர் தனது சேர்ட்டின் கொல்லரோயோ அதன் கைகளையோ சரி செய்து கொள்வார். அத்தோடு தனது தலை முடியையும் சீர்படுத்திக் கொள்வார். பெண்ணாக இருப்பின், தனது தலை மயிர்களைக் காதுக்குப் பின்னால் செருகி விடுதல், முந்தாளையைச் சரிசெய்தல் போன்ற செயல்களில் ஈடுபடுவார்.

பதில் சொல்பவர் தனக்கு ஏற்படும் வியர்வையை எப்படிச் சமாளிக்கிறார் என்பதும் முக்கியமாகக் கவனிக்கப்

பட வேண்டும். அவருக்கு வியர்ப்பது பிரச்சினையல்ல. ஆனால் பதில் கூறிக் கொண்டிருக்கும் போது கண்புருவங் களுக்கு மேலே உள்ள வியர்வையைக் கைக்குட்டையால் அல்லது வெறுங்கையால் வழித்து விடுவாரானால் அதனைக் கவனிக்க வேண்டும்.

அண்மையிலுள்ள பொருட்களை சீர்படுத்துவதிலும் அவர் ஈடுபடலாம். பதிலினித்துக் கொண்டே அருகிலுள்ள போன் ரிளீவரைத் தூக்கிச் சரியாக வைத்தல், தண்ணீர்க் குவளையை அப்பால் நகர்த்துதல், பேனாவை இடம் மாற்றி வைத்தல் போன்ற செயல்களில் ஈடுபட்டால் அவர் கூறுவதைச் சந்தேகிக்க வேண்டும்.

(இவற்றை அறிந்துகொண்ட பின் னர் மாட்டிக் கொள்ளாமல் பொய் சொல்ல முடியும் என்யாரும் நினைக்க வேண்டாம்) ★

ஞானம் பிறந்தது

பேராசிரியர் ஒருவர் தனது உயர்மட்ட மாணவர்களுடன் கூட்டு மொன்றை நடத்திக் கொண்டிருந்தார். அப்போது திழ்ரென் அங்கு தோன்றிய தேவதாதர் ஒருவர் அந்தப் பேராசிரியரை நோக்கி “நீங்கள் இவ்வளவு காலமாகச் செய்து வருகிற அனப்பரிய சேவையை மதித்து உங்களுக்கு வெகுமதியளிக்க வந்திருக்கிறேன். உங்களுக்குப் பெருந்தொகைப் பணம் வேண்டுமா? வசதிகள் நிறைந்த புது வீடு வேண்டுமா? அல்லது நிறைவான ஞானம் வேண்டுமா? ஏதேனும் ஒன்றைக் கேளுங்கள்; தருகிறேன்.” என்றார்.

சிறிது நேரம் யோசித்துவிட்டு, “எனக்கு நிறைவான ஞானம்தான் வேண்டும்” என்றார் பேராசிரியர்.

“இதோ தந்துவிட்டேன்” என்று கூறிவிட்டு மறைந்தார் தேவதாதர். மாணவர்கள் தம் பேராசிரியரை மிகுந்த வியப்புடன் நோக்கினர். இப்போது அவரது தலையைச் சுற்றி ஓனிவெட்டு மொன்று பிரகாசிப்பது போல் தோன்றியது.

“ஐயா, நீங்கள் பெற்றுக்கொண்டுள்ள ஞானத்தின் அடிப்படையில் எமக்கு ஏதாவது கூறமாட்டர்களா?” என்று அவரிடம் வினயமாகக் கேட்டார் மாணவர் ஒருவர்.

“ஐயோ நான் பணத்தையல்லவா கேட்டிருக்க வேண்டும்” என்றார் பேராசிரியர் கவலை தோய்ந்த முகத்தோடு.

“முட்டாள்தனமாக நடந்து கொள்ளும் உரிமை அளவுவருக்கும் உண்டு. ஆனால் சிலர் அந்த உரிமையை அளவுக்கு மீறிப் பயன்படுத்தித் துஷ்பிரயோகம் செய்கிறார்கள்.”



இலங்கையில் காணப்படும் கிளி இனங்கள் (II)

(Parrot Species found in Sri Lanka)

எமது நாட்டில் காணப்படும் கிளி இனங்கள் ஜந்திலும் மூன்றைப் பற்றிச் சென்ற இதழில் எழுதி இருந்தோம். மீதி இரண்டு இனங்கள் பற்றியும் இங்கு பார்ப்போம்.

குறிப்பு: கிளி இனங்களில் நீண்டவாலைக் கொண்டவை Parakeet எனவும் குட்டையான வால் உடையவை Lorikeet எனவும் அழைக்கப்படுகின்றன.

4. செந்தலைக் கிளி

ஆங்கிலத்தில் Plum-headed Parakeet என அழைக்கப்படும் இவற்றின் விலங்கியற் பெயர் *Psittacula cyanocephala*.

இக்கிளி இனம் நம் நாட்டிலும் இந்தியா, பங்களாதேஸ் ஆகிய நாடுகளிலும் மாத்திரமே காணப்படுகின்றன. சுமார் 34cm நீளமடைய இக்கிளி இனத்தில் ஆண் பறவைகளின் தலை மென் சிவப்பு நிறமாக இருப்பதோடு தோள் பகுதியிலும் சிவப்பு அடையாளமொன்று இருக்கும். அதன் கழுத் துப் பட்டை கறுப்பு நிறமானது.

பெண் பறவையின் தலை சாம்பல் கலந்த ஊதா நிறமானது. அதன் தோள் பகுதியில் சிவப்பு நிறம் காணப்படுவதில்லை. கழுத்துப் பட்டை மஞ்சள் நிறத்தைக் கொண்டிருக்கும்.

செந்தலைக்கிளி பருமனில் மௌனாவை விடச் சுற்றுச் சிறியது. எனினும் அதன் வால் நீளமாக இருக்கும். அதன் அலகின் மேற்பகுதி மஞ்சளாகவும் தீழிப்பகுதி கருமையாகவும் காணப்படும்.

மலைநாட்டில் சுமார் 3500 அடி வரை உயரமான பிரதேசங்களில் மிகப் பரவலாகக் காணப்படும் கிளி இனம் இதுவே. உலர் வலயத்தில் இவை அரிதாகவே காணப்படுகின்றன. சிறு கூட்டங்களாக இரை தேடிச் செல்லும் இக்கிளிகள் அவ்வாறு செல்லும் போது பலத்த ஒசையுடன் கீச்சிட்டுக் கொண்டே பறக்கின்றன.

இவை நெல், சோளம், குரக்கன் போன்ற பயிர்களுக்குப் பலத்த சேதம் விளைவிக்கின்றன. விளையும் தானியமணிகளைக் கொத்திப் பின்து அதில் சிறு பகுதியை உட்கொண்ட பின் மீது யைத் தரையில் போட்டுவிடுகின்றன. இவை, நடுகைக் காலத்தில் விதைக் கப்பட்டுள்ள நெல்மணிகளை கொத்திச் சேதப்படுத்துகின்றன.

இவற்றின் பிரதான இனப்பெருக்கக் காலம் பெப்ரவரி முதல் மே வரையிலாகும். ஏனைய காலங்களில் அவை மரங்களில் கூட்டமாக இரவைக் கழிப்பது வழக்கம். எனினும் இனப்பெருக்கக் காலத்தில் சோடிகள் தனியாகப் பிரிந்து சென்றுவிடுகின்றன. முட்டையிட்டு அடைகாப்பதற்காக மரங்களில் உள்ள பொந்துகளையே பயன்படுத்துகின்றன. இவை இயற்கையாக அமைந்த பொந்துகளாகவோ, மரங்கொத்தி, சூக்குரவன் (Barbet) போன்ற பறவைகளால் தோண்டப்பட்டுக் கைவிடப்பட்டவையாகவோ இருக்கலாம்.

இவற்றின் முட்டை உருண்டையாகவும் வெள்ளையாகவும் இருக்கும்.

ஒரே தடவையில் 2 - 4 முட்டைகள் அடைகாக்கப்படுகின்றன.

5. இலங்கைக் சின்னக் கிளி

ஆங்கிலத்தில் Ceylon Lorikeet என வும் சிங்களத்தில் ரீரா மலைதா எனவும் அழைக்கப்படும் இக்கிளி இனம் இலங்கைக்கே உரிய சுதேச இனமாகும். இவை உணவு உட்கொள்ளும் போது சிறிய மரக் கிளை நூனிகளிலிருந்து தலைகீழாகத் தொங்குகின்ற பழக்கம் உடையவை. அதே போன்று சிறு கிளைகளில் தலைகீழாகத் தொங்கிய வாரே இவை நித்திரை கொள்கின்றன. எனவே இவற்றுக்கு Sri Lanka hanging parrots என்ற பெயரும் வழங்கப்படுகிறது. இவ்வினத்துக்குரிய விலங்கியற் பெயர் *Lorriculus berrylinus* என் பதாகும்.

இவை உருவத்தில் மிகச் சிறியவை. ஏறக்குறைய 13cm நீளம் கொண்டவை. இவற்றின் இறக்கைகள் உட்பட உடலின் பெரும்பகுதி பிரகாசமான பச்சை நிறமாக இருக்கும். முதிர்ந்த ஆண் பறவையின் முடிப்பகுதி, முதுகின் தீழிப்பகுதி, அலகு என்பன பிரகாசமான சிவப்பு நிறத்தைக் கொண்டுள்ளன. பிடிரியிலும் கண்ணப் பகுதியிலும் செம்மஞ்சள் நிறம் காணப்படும். (பெண் பறவையில் இந்திறங்கள் மங்கலாகவே இருக்கும்.) வயிற்றுப் பகுதி இனம் பச்சையாகவும் வாலின் நூனிப் பகுதி நீலமாகவும் காணப்படும்.

இவை 4000 அடி வரை உயரம் உள்ள மலைநாட்டுப் பரதேசங்களில் பரவலாகக் காணப்படுகின்றன. ஈர

வலயத்தின் சில பகுதிகளிலும் இக்கிளி களைக் காணலாம்.. எனினும் உலர்வலயத்தில் இவற்றைக் காண முடியாது. இவை பிடிக்கப்பட்டுச் செல்லப் பிராணிகளாக விற்கப்படுவதால் இவற்றின் குடித்தொகை வீழ்ச்சியடைந்து வருகிறது.

சிறு வித்துக்கள், சாறுள்ள பழங்கள், தேனுள்ள மலர்கள் என்பனவே இவற்றின் பிரதான உணவுகள். பூக்களி லிருந்து தேனை உறிஞ்சிக் குடிப்பதற்கு ஏற்றவாறு இவற்றின் அலகு இசை வாக்கம் அடைந்திருக்கிறது. இக்கிளி கள் முற்றிலும் மரங்களிலேயே வாழ வதால் தரைக்கு இறங்குவதில்லை.

கித்துள் கள்ளு தயாரிக்கப்படும் பிரதேசங்களில் கித்துள் பூவிலிருந்து கள்ளைக் சேகரிப்பதற்காக மரங்களில் வைக்கப்படும் பாளைகளிலிருந்து கள்ளைக் குடிப்பதிலும் இவை நாட்டம் காட்டுகின்றன. கள்ளைக் குடித்துவிட்டுப் போதையில் கிறங்கியிருக்கும் போது இவற்றைச் சிரமமின்றிப் பிடித்துக் கொள்ளலாம். சில கிளிகள் பானையினுள் விழுந்து கள்ளில் மூழ்கி இறப்பதும் உண்டு.

இவை உயரமான மரங்களில் உள்ள சிறு பொந்துகளில் இலைகளை பரப்பிக் கூடு அமைத்து முட்டை இடுகின்றன. பொதுவாக 2-3 முட்டைகள் இடப்பட்டு அடைகாக்கப்படும். மற்றக் கிளி இனங்களில் போன்றே குஞ்சுகள் பிறப்பின் போது இறகுகள் இல்லாமலும் குருடாகவும் இருக்கும். ★

பாராட்டு

ஒரு பெண் பலவிதமான மேக்குப் பகுதி வைபவமொன்றுக்குச் சென்றாள். அங்கு அவளைக் கண்ட ஒருவர் “மிஸ் மேரி, நீங்கள் இன்று எவ்வளவு அழகாக இருக்கிறீர்கள்! உங்களை அடையாளம் கண்டுகொள்ளவே முடியவில்லை” என்றார். எப்படி ஒரே நேரத்தில் ஒருவரைப் பாராட்டவும் அவமானப்படுத்தவும் முடியும் என்பதைப் பாருங்கள்!



TV யும் சிறு பிள்ளைகளும்

◆ இரண்டு வயதுக்குக் குறைந்த பிள்ளைகளைப் பொறுத்தமட்டில் TVயின் மூலம் கல்லிப் பயன் எதுவும் கிடைக்காது. மற்றவர்களுடன் இடம் பெறும் இடத்தை தொடர்புகள், சகாக்களுடன் விளையாடுதல் போன்ற செயற்பாடுகளே இவ்வயதில் மூன்று விருத்திக்கு உதவுகின்றன. TV பார்ப்பதன் காரணமாக இச்செயற்பாடுகளில் சடுபடப் பிள்ளைகளுக்குப் போதிய அவகாசம் கிடைப்பதில்லை. TV திரையில் காணப்பவற்றைவிட மனிதர்களுடனும் இயற்கைச் சூழலுடனும் உறவாடுவதன் மூலம் உண்மையான பொருட்களைக்கையாள்வதன் மூலமும்தான் பிள்ளை விளைத்திறனுடன் கற்றுக் கொள்கிறது.

◆ மொழித்திறன், ஆக்கத்திறன், இயக்கத் திறன், சமூகத் திறன்கள் போன்ற முக்கியமான பல திறன்களின் விருத்திக்குத் தேவைப்படும் நேரத்தை TV கவர்ந்து கொள் கிறது. விளையாடுதல், ஆராய்ந்து பார்த்தல், உரையாடுதல் என்பவற்றின் மூலமாகவே இத்திறன்கள் விருத்தியடைகின்றன.

உதாரணமாக, செயற்படாமல் வெறுமனே TVக்குச் செவிமடுப்பதால் பிள்ளையில் மொழி விருத்தி ஏற்படாது. உண்மையான வாழ்க்கை நிலைமைகளில் மற்றவர்களுடன் பேசுதல், அவர்களுக்குச் செவிமடுத்தல் போன்றனவே மொழி விருத்திக்கு அவசியம்.

◆ அதிகளவில் TV பார்ப்பதன் மூலம் பிள்ளையின் உள்ளத்தில் உணர்வுகள் மற்றதுப் போகின்றன. முன்னின்று செயற்படுதல், விவேகர்தியான சவால் களுக்கு முகம் கொடுத்தல், பகுத்தாய்ந்து சிந்தித்தல், கற்பனையைப் பயன்படுத்தல் போன்ற செயற்பாடுகள் இதனால் தடைப்படுகின்றன.

◆ வாசித்தல், வாசிப்புத் திறனை விருத்தி செய்வதற்காகப் பயிற்சிகளில் ஈடுபடுதல் என்பவற்றுக்கு நேரம் கிடைக்காமல் போகிறது. பாலர் பருவத்தில் கார்ட்டின்கள் களிப்பூட்டும் நிகழ்ச்சி கள் முதலியவற்றைப் பார்ப்பதில் காலத்தைக் கடத்தும் பிள்ளைகள் 5 வயதாகும் போது வாசிப்பதற்குரிய ஆரம்பத் திறன் களில் பின்தங்கி விடுகிறார்கள் என ஓர் ஆய்வு எடுத்துக் காட்டியுள்ளது. அத் தோடு, இப்படியான பிள்ளைகள் நூல் களையும் ஏனைய பிரசரங்களையும் வாசிப்பதில் நாட்டம் குறைந்தவர்களாக இருப்பார்கள்.

◆ அதிகளவில் TV பார்க்கும் பிள்ளைகள் வகுப்பில் ஆசிரியர்கள் நடத்தும் பாடங்களில் கவனம் செலுத்த மாட்டார்கள். இதற்குக் காரணம் TV திரையில் காட்சிகள் துரிதமாக மாறுவதைக்கண்ட பிள்ளைக்கு ஆசிரியர் மந்த கதியில் செயற்படுவது போல் தோன்றும். இதனால் விரைவில் பாடத்தில் அலுப்பு ஏற்படுகிறது. இவ்வாறான பிள்ளைகளில் தொடர்ந்து நீண்ட நேரத்திற்கு ஒரு விடயத்தில் கவனஞ் செலுத்த முடியாத நிலையும் ஏற்படும்.

◆ அதிகளவில் TV பார்க்கும் பிள்ளைகள் ஆசிரியர்கள் கொடுக்கும் வீட்டு வேலைகளை ஒழுங்காகச் செய்ய மாட்டார்கள். வீட்டில் TV வேலை செய்து கொண்டிருக்கும்போது பாடப் பயிற்சி களைச் செய்ய முற்படுபவர்களால் தமது அறிவையும் திறன்களையும் சரியாகப் பிரயோகிக்க முடியாமல் போகும்.

◆ தினமும் முன்று மணித்தியாலங் கருக்கு மேல் TV மற்றும் வீடியோ நிகழ்ச்சிகளைப் பார்க்கும் பிள்ளைகளில் நடத்தைப் பிரச்சினைகள், மனவெழுச்சிக் கோளாறுகள், குடும்ப மற்றும் சமூக உறவுப் பிரச்சினைகள் முதலியன் கூடுதலாகக் காணப்படுவதாக நீண்டகால ஆய்வொன்றின் முடிவுகள் எடுத்துக் காட்டியுள்ளன. ஏழு வயதாகும் போது இப்பிரச்சினைகள் வெளிப்படத் தொடங்கும்.

◆ TV நிகழ்ச்சிகள் பிள்ளைகளில் ஏற்படுத்தும் பாதகமான செல்வாக்குக் காரணமாக அவர்களில் எதிர்மறையான நடத்தை தூண்டப்படுகிறது. TV நிகழ்ச்சிகளும் வர்த்தக விளம்பரங்களும் வன்முறை, மதுபானம், பாலின்பாம் போன்ற வை தொடர்பாகச் சாதகமனப்பாங்கை உருவாக்குகின்றன. சிறு பிள்ளைகளின் உள்ளம் பிசைந்த களியைப் போன்றது. இவையதில் பிள்ளை காணும் காட்சிகள் உள்ளத்தில் ஆழமாகப் பதிந்துவிடுகின்றன. இப்பதிவுகளே பிற்காலத்தில் உலகம் பற்றிய அதன் கண்ணோட்டத்தையும் அதன் நடத்தைப் போக்கையும் தீர்மானிக்கப் போகின்றன.

TV திரையில் வன்முறையைக் காணும் பிள்ளைகள் இவையதிலும் வயது வந்த பின்னரும் மரட்டுக் குணத் துடனும் ஆக்கிரமிப்புத் தன்மையுடனும் நடந்து கொள்கிறார்கள் என்பதை 20 வருட காலமாக நடத்தப்பட்ட ஓர் ஆய்வு எடுத்துக் காட்டியுள்ளது. TVயில் வரும் ஹீரோ தீயவர்களை அடித்து நொறுக்கி அடக்கிவைப்பதைக் காணும் பிள்ளை சச்சரவுகளைத் தீர்ப்பதற்கும் தீமையைத் தடுப்பதற்கும் வன்முறையே சிறந்த வழி எனக் கற்றுக்கொள்கிறது.

◆ TV பார்ப்பதில் அதிக நேரத்தைக் கழிக்கும் பிள்ளைகளின் கண்களில் விழித் திரைக்கு வரும் குருதிக் குழாய்கள் சருங்கி விடுவதாக விட்டனி பல்கலைக் கழகத்தில் நடத்தப்பட்ட ஆய்வொன்று நிருபித்துள்ளது.

◆ சில கல்விசார் நிகழ்ச்சிகளின் மூலம் எழுத்துக்கள், சொற்கள், எண்கள் முதலியவற்றைக் கற்றுக்கொள்ள முடிந்தாலும் அவற்றைத் தொடர்ந்து பார்ப்பதனால் பிள்ளைக்கு ஏற்படும் இழப்புக்களோடு ஒப்பிடும் போது கிடைக்கும் நன்மை சொற்பமானது என்கின்றனர் ஆய்வாளர்கள். ★

ஓ! அதுவா?

ஓர் இளைஞர் தன் நண்பர்களுடன் விளையாடிவிட்டு வீடு திரும்பும் வழியில் தண்ணீர் குடிப்பதற்காகத் தன் பாட்டியின் வீட்டுக்குப் போனான். அங்கு முன் வாசல் மேசையிலே ஒரு கோப்பையில் தோல் நீக்கப்பட்ட நிலக்கடலைக் குவியலோன்று இருந்தது. பாட்டி தண்ணீர் எடுத்து வருவதற்குள் இளைஞரும் நண்பர்களும் அந்த நிலக்கடலைக் குவியலைத் தின்று தீர்த்துகிட்டார்கள்.

பாட்டி கொண்டுவந்த தண்ணீரைக் குடித்த பின் “பாட்டி, மேசையில் நிலக்கடலை வைத்திருந்தீர்களே. அது யாருக்கு?” என நாகுக்காகக் கேட்டான் இளைஞர்.

“ஓ அதுவா? உங்க பெரிய மாமா எனக்கு ஒரு வகைச் சொக்கலேட் கொண்டு வந்து தந்தார். அதுக்குள்ளே நிலக்கடலை இருந்தது. பற்கள் இல்லாமல் நான் நிலக்கடலை சாப்பிடுவது எப்படி? எனவே சுற்றியிருந்த சொக்கலேட் டையெல்லாம் குப்பித் தின்றுவிட்டு நிலக்கடலையை அந்தக் கோப்பையினுள் உழிழ்ந்துவிட்டேன்” என்றாள் பாட்டி.

வீட்டுக்கு வந்த ஓர் அந்நியர்

ஒரு நாள் என் தந்தை மனங்கவரும் இயல்புகள் கொண்ட ஓர் அந்நியரை எமது வீட்டுக்கு அழைத்து வந்தார். அந்த அந்நியர் விரைவில் எல்லோரினதும் அங்கீகாரத்தைப் பெற்றுக் கொண்டார். அவரது குணவியல்புகள்பற்றி யாரும் எவ்விதக் கேள்வியையும் கேட்கவில்லை. அவர் எமக்குக் கதை சொல்வார். மனதை ஈர்க்கும் கதைகளையெல்லாம் புனைந்து கூற அவரால் முடிந்தது. சாகச நிகழ்வுகள், மர்மங்கள், நகைச்சவைகள் எனப் பல வகைகளையும் அள்ளித் தந்தார். மாலை நேரங்களில் எங்கள் முழுக் குடும்பத்தின ரையும் பல மணித்தியாலங்களுக்குத் தம் முன்னே உட்காரச் செய்ய அவரால் முடிந்தது.

அவர் முழுக் குடும்பத்திற்கும் ஒரு நண்பர் போல் இருந்தார். அவர் எங்களை உதை பந்தாட்டப் போட்டிகளையும் கிரிக்கட் போட்டிகளையும் பார்க்க அழைத்துச் சென் றார். திரைப்படங்களைப் பார்த்து ரசிக்குமாறு அவர் எம்மை அடிக்கடி தூண்டி வந்தார். மேலும் சில சினிமா நடிக நடிகையரை எமக்கு அறிமுகப்படுத்தி வைக்கவும் ஏற்பாடுகள் செய்தார். இந்த அந்நியர் முடிவில்லாமல் பேசுபவராகக் காணப்பட்டார். தந்தை அது பற்றிக் கவலைப் பட்டதாகத் தெரியவில்லை. எனினும், தாயாரோ அவர் பேசிக்கொண் டிருக்கும் போது மெதுவாக எழும்பிச் சென்று தனது அறையில் திரும்நையை ஒது விட்டுப் பிரார்த்தனைகள் புரிவார். இந்த அந்நியர் இந்த வீட்டை விட்டுப் போக மாட்டாரா என அவ்வேளையில் எனது தாயார் பிரார்த்தனை செய்திருப்பாரோ என இப்போது நான் யோசிக்கிறேன்.

எனது தந்தை எமக்கு நிறைய ஒழுக்க நெறிகளைப் போதித்தார். எனினும், அந்த நெறிகளை மதிக்க வேண்டுமே என்ற உணர்வு இந்த அந்நியருக்கு இருக்கவேயில்லை. உதாரணமாக, எமது வீட்டில் ஆபாசமான பேசுக்கக்ஞுக்கு இடமே இருக்கவில்லை. நாமோ எமது நண்பர்களோ வளர்ந்தவர்களோ அவ்வாறு பேச அனுமதிக்கப்பட வில்லை. எனினும், எமது நெடுநாள் விருந்தினரோ மோசமான வார்த்தைகளைப் பயன் படுத்தினார். அவை எம் செவிகளில் எரிவை ஏற்படுத்தின. எனினும், ஒரு போதும் அவரை யாரும் எதிர்த்துப் பேசவில்லை. எனது தந்தையார் வீட்டுக்குள் மதுபானத்தை ஒரு போதும் அனுமதித்ததில்லை. எனினும், இந்த அந்நியரோ எமக்குப் பலவகையன மதுபானங்களை அறிமுகங் செய்து வழங்க முன்வந்தார். அவர் சிகிரெட்டுக்களை சுவை மிக்கனவாகத் தோன்றச் செய்தார். அவர் பாலின்பம் பற்றித் தடையின்றிப் பேசினார். அவர் தெரிவித்த கருத்துக்கள் சில வேளைகளில் மனதைத் துண்டுவெனவாகவும் இன்னுஞ்சில் வேளைகளில் சங்கடத்துக்கு உள்ளாக்குவனவாகவும் இருந்தன. ஆன்-பெண் உறவு பற்றிய எனது ஆரம்ப காலக் கருத்துப் படிவங்களில் அவரே செல்வாக்குச் செலுத்தினார் என்பதை இப்போது நான் உணர்கிறேன்.

எனது பெற்றாரின் விழுமியங்களை அவர் தொடர்ந்தும் எதிர்த்துக்கொண்டே இருந்தார். எனினும், யாரும் அவருக்கு மறுப்புறை கூறவுமில்லை; வெளியேறுமாறு வேண்டுவில்லை. ஒரு நாள் திடீரென ஏற்பட்ட ஒரு கோளாறினால் அவர் செயலிழந்து போய்விட்டார். அந்த அந்நியர் எம்மீது தொடர்ந்து செல்வாக்குச் செலுத்தாமல் தடுக் கப்பட்டது இறைவன் செய்த அருளே என நான் நம்புகிறேன். அவருடைய பெயர் என்ன வென்று நான் சொல்லவில்லையே. அவரை நாம் TV என்று தான் அழைக்கிறோம். ★

நன்றி- பெற்றார் பிள்ளை உறவுகள்- பிள்ளை வளர்ப்புக்கான ஒரு வழிகாட்டி

ஸ்வதி அரேபியாவில்

இராட்சத எலும்புக்கூடுகள் கண்டுபிடிப்பு

- உண்மை என்ன?

இராட்சத பருமனுள்ள மனித எலும்புக்கூடுகள் ஸ்வதி அரேபியா வில் அகழ்ந்து எடுக்கப்பட்டுள்ளதாக வும் இவை அல்குர் ஆனில் குறிப்பிடப் பட்டுள்ள ‘ஆத்’ என்ற சமூகத்தைச் சேர்ந்த மக்களுடையவையாக இருக்க வாம் என்றும் கூறுகின்ற செய்திகளும் போட்டோக்களும் செய்திப் பத்திரிகைகளிலும் வட்ஸ் அப் போன்ற சமூகத் தொடர்பு ஊடகங்களிலும் You tube இலும் வெளிவந்ததை நீங்கள் அவதானித்திருப்பீர்கள்.

2004 ஏப்ரலில் பங்களாதேஷஷ் சேர்ந்த The New Nation என்ற செய்தித்தாளிலும் அதைத் தொடர்ந்து இந்திய, பாக்கிஸ்தான் பத்திரிகைகளிலும் பின்வருவது போன்ற செய்தி பிரசரமாகியது

“அரேபியப் பாலைவனத்தின் தென்கிழக்குப் பகுதியில் பெற்றோலிய வாயு அகழ்வு நடவடிக்கைகளின் போது பிரமாண்டமான பருமனுள்ள மனித எலும்புக்கூடுகள் ARAMCO நிறுவனத்தின் ஆய்வுக் குழுவினரால் கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளன. பிரமாண்டமான உருவமுள்ள மனிதர்கள் ஒரு காலத்தில் படைக்கப்பட்டதாக இறைவன் அல்குர் ஆனிலே கூறியுள்ளான். இவர்கள்தான் ஆத் என்னும் கூட்டத் தினர். அவர்கள் அதிக உயரமுள்ளவர்களாகவும் பருமனில் பெரியவர்களாகவும் பலம் மிக்கவர்களாகவும் இருந்ததோடு பெரிய மரங்களைத் தமது கைகளால் சுற்றிப் பிடித்து வேரோடு பிடிங்கி ஏறியக்கூடியவர்களாகவும் இருந்தனர். அவர்களுக்கு ஹால்த் என்றாரும்பு - 44

நும் இறைதூதர் அனுப்பிவைக்கப் பட்டார். அந்த மக்களோ இறைவன் விதித்த வரம்புகளை மீறி அவனுக்கும் அவனது தூதருக்கும் மாறு செய்தனர். இதன் காரணமாக அவர்கள் முற்றாக அழிக்கப்பட்டனர்.

கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ள எலும்புக்கூடுகள் ‘ஆத்’ கூட்டத்தினருடையவையே என ஸ்வதி நாட்டு மார்க்காறினர்கள் நம்புகிறார்கள். அவைகளுடுபிடிக்கப்பட்ட பிரதேசம் ஸ்வதி இராணுவத்தின் பாதுகாப்பில் வைக்கப்பட்டுள்ளது. ARAMCO நிறுவனத்தின் பணியாட்களைத் தவிர வேறு எவரும் அங்கு செல்ல அனுமதிக்கப்படுவதில்லை. இவ்விடயம் மிக ரகசியமாக வைக்கப்பட்டுள்ள போதிலும் இராணுவ ஹெலிகோப்டர் ஒன்றினால் வானிலிருந்து பிடிக்கப்பட்ட போட்டோ ஒன்று எப்படியோ இண்டர் நெட்டில் வெளியாகியிருக்கிறது. இங்கே தரப்பட்டுள்ள படத்தில் காணப்படும் இரண்டு மனிதர்களுடன் அந்த எலும்புக்கூட்டின் பருமனை ஒப்பிட்டுப் பாருக்கள்” என்றவாறு அச்செய்தியில் பின்வரும் போட்டோ பிரகாரிக்கப்பட்டிருந்தது.



அதே ஆண்டில் இந்தியாவின் Times of India பத்திரிகையில் வெளி யான செய்தியொன்றில் மகாபாரத் தில் வரும் பஞ்சபாண்டவர்களில் ஒரு வரான பீமசேனனின் மகன் கடோற் கச்சா என்பவனின் இராட்சத எலும் புக்கூடு வட இந்தியாவில் கண்டுபிடிக் கப்பட்டுள்ளதாகவும் அப்பிரதேசத் தை இந்திய ராணுவம் காவல் புரிவதாகவும் குறிப்பிடப்பட்டிருந்ததோடு அதற்கு ஆதாரமாக இதே போட்டோ பிரசரிக்கப்பட்டிருந்தது. (கடோற்கச்சாவின் தாய் ஓர் இராட்சி. இதனால் இவனுக்கும் இராட்சத உருவம் இருந்ததாக பண்டைய இலக்கியங்கள் கூறுகின்றன.)

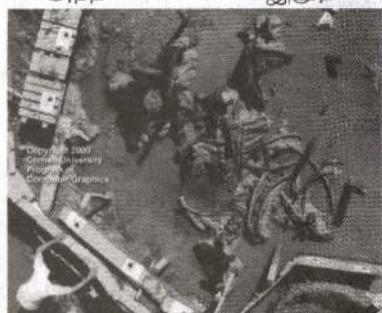
2007 மார்ச்சில் வெளியான The Hindu Voice என்ற மாத சஞ்சிகையில் இதே போட்டோவுடன் பின்வரும் செய்தி வெளியாகியது: “மகாபாரத் தில் கூறப்படும் இராட்சத உருவம் உடைய மனிதர்களின் எலும்புக்கூடு கள் வட இந்தியாவில் National Geographic சஞ்சிகையின் ஆய்வுக் குழுவினால் கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளன. இப்பகுதி இப்போது இந்திய ராணுவத்தின் கண்காணிப்பில் இருக்கிறது. இந்த இராட்சத மனிதர்கள் அதிக உயரமானவர்களாகவும் பருமனில் பெரியவர்களாகவும் பலம் மிக்கவர்களாகவும் இருந்ததோடு பெரிய மரங்களைத் தமது கைகளால் சுற்றிப் பிடித்து வேரோடு பிடிக்கி ஏறியக்கூடியவர்களாகவும் இருந்தனர்.”

சிறிது காலத்தின் பின் இச்சஞ்சிகையின் ஆசிரியர் மேற்குறித்த செய்தி தவறானது என்பதை ஒப்புக் கொண்டதும் குறிப்பிடத்தக்கது.

அந்தச் செய்திகளுக்கு அடிப்படையாக அமைந்த இந்த போட்டோவின் பின்னணியைக் கொஞ்சம் அலசிப்பார்ப்போமா?

‘Worth 1000’ என்ற பெயரில் இயங்கும் வெப்தளமொன்று 2002ம் ஆண்டில் ‘Archeological anomalies’ என்ற தலைப்பில் போட்டோ போட்டி யொன்றை நடத்தியது. Photoshop போன்ற போட்டோ எடிட்டுக் கொடுக்க வெப்பொருளாய்வு பற்றிய உண்மைகளைத் திரிபு படுத்திக் காட்டும் வகையில் தயாரிக்கப்பட்ட போட்டோக்களை அனுப்பி வைக்குமாறு நேர்கள் கோரப்பட்டிருந்தனர். அப் போட்டியில் மூன்றாம் இடத்தைப் பெற்ற போட்டோதான் இது. இதனை கண்டாலேவச் சேர்ந்த ஒருவர் சமர்ப்பித்திருந்தார். அவர் Ironkite என்ற புனைப்பெயரிலேயே இதனை அனுப்பியிருந்தார்.

2000ம் ஆண்டு நில்யோர்க்கின் ஹெட்ட் பார்க் பிரதேசத்தில் Cornell பல்கலைக் கழகத்தைச் சேர்ந்த புதைபொருள் ஆய்வுக்குமிழவான்று அகழ்வு வேலைகளை மெற்கொண்டது. வரலாற்றுக்கு முந்திய காலத்திற்குரிய யானை போன்ற Mastodon என்னும் விலங்கின் எலும்புக் கூட்டினது பகுதி களை அவர்கள் அங்கு கண்டுபிடித்தனர். வானிலிருந்து எடுக்கப்பட்ட அந்த அகழ்வுக் குழியின் படத்தையே Ironkite தனது ஆக்க வேலைக்கு அடிப்படையாகப் பயன் படுத்திக்கொண்டார். அந்த போட்டோ இதுதான்.



அந்த விலங்கின் எலும்புகளை மறைத்து அதன் மீது மனித எலும்புக் கூடொன்றின் படத்தைப் பதித்தே அவர் இந்த போட்டோவை உருவாக்கி யிருக்கிறார். நன்கு அவதானிதுப் பார்த்தால் இந்தச் செய்திக்கு ஆதாரமாகப் பயன்படுத்தப்படும் போட்டோ சோடிக்கப்பட்டது என்பதை எவரும் புரிந்து கொள்ளலாம்.

இப்படி சந்தேகத்துக்கு இடமின்ற பொய்யென நிருபிக்கப்பட்ட பின்னரும் மேலும் இதே போன்று தயாரிக்கப்பட்ட போட்டோக்களுடன் இச்செய்தி காலத்துக்குக் காலம் தலைதாக்கத்தான் செய்கிறது. சிகாகோ பல்கலைக் கழகத்தைச் சேர்ந்த ஆய்வாளர்கள் நெஜர் தேசத்தில் அகழ்ந்த குழி யொன்றின் போட்டோவில் இதே போன்று மனித எலும்புக்கூட்டுப்பட-

மொன்றைப் பதித்து உருவாக்கப்பட்ட போலி போட்டோ ஒன்றும் இதற்காகப் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

தமது நம்பிக்கைகள் உண்மையானவை என நிருபிப்பதற்கு இப்படியான ஆதாரம் ஏதும் கிடைத்து விட்டால் தேடி ஆராய்ந்து பார்க்காமல் அதனை நம்பிக்கொள்வது மனிதப் பலவீனங்களில் ஒன்றாக இருக்கிறது. ஆனால், இறை கூற்றை நிருபிப்பதற்கு இப்படியான போலிச் சான்றுகளைப் பற்றிப் பிடித்துக் கொள்வதைப் போன்ற பேதைத் தனம் வேறு என்ன இருக்கிறது? இப்படியான புரளிகளைத் திட்டமிட்டுக் கிளப்பிவிடுபவர்கள் எம்மைப் பார்த்து எப்படியெல்லாம் சிரிப்பார்கள் என்பதை நாம் சிந்தித்துப் பார்ப்பதில்லையே!



உண்மையானது



திரிபுபுட்தியது

பைத்தியமா உனக்கு?

பாடசாலை விடுமுறையின் போது தனது பின்னைகள் நால்வரும் செய்யும் அட்காசங்களையும் விஷமத்தனங்களையும் சுகித்துக்கொள்ள முடியாமல் தவித்த அந்தப் பெண் “நான் இதுகளையாருக்காவது விற்றுவிடப் போகிறேன்” என்றாள்.

அதைக்கேட்ட அவளது சகோதரி “என்ன அக்கா உனக்குப் பைத்தியமா?” என்று கேட்டாள்.

“நான் அவர்களை விற்க நினைப்பதற்காகவா என்னைப் பைத்தியம் என்கிறாய்?” எனத் திருப்பிக் கேட்டாள் அந்தத் தாய்.

“இல்லை; இதுகளையும் யாராவது வாங்குவார்கள் என நினைக்கிறாயே. அதற்காகத்தான் சொன்னேன்” என்றாள் சகோதரி.

உருவக்கதை:

மறு உலகம்

ஓரு தாயின் கருப்பையினுள்ளே ஆனும் பெண்ணுமாக இரட்டைக் குழந்தைகள் உருவாகி வளர்ந்து வந்தன. அவை பிறப்பதற்குரிய காலமும் அண்மிக் கொண்டிருந்தது. அப்போது பெண் குழந்தை தன் சகோதரனைப் பார்த்து, “பிறப்பிற்குப் பின் ஒரு வாழ்க்கை உண்டு என நான் நம்புகிறேன்” என்றது.

ஆன் குழந்தையோ அக்கருத்தைக் கடுமையாக எதிர்த்தது. “இல்லை அப்படி இருக்கவே முடியாது. நீ ஏதோ உளறு கிறாய். இது ஓர் இருண்ட அமைதியான இடம் இங்கிருந்துகொண்டு எமக்கு உணவளிக்கும் இந்தக் கொடியைப் பற்றிக் கொண்டு வாழ்வது தான் எமக்குரிய வாழ்க்கை அதற்கப்பால் எதுவுமே இருக்க முடியாது” என்று மறுப்புத் தெரிவித்தது.

பெண் குழந்தை தன் கருத்தில் உறுதியாக நின்றது. “இந்த இருண்ட உலகத்திற்கு அப்பால் இதைவிடவும் சிறந்த உலக மொன்று இருக்கத்தான் வேண்டும். நிச்சயமாக ஒளி நிரம்பியதாகவும் சுதந்திரமாக நடமாடக் கூடியதாகவும் அது இருக்கும்” என்றது. எனினும் ஆன் குழந்தை அதனை ஒத்துக் கொள்ள மறுத்தது.

சிறிது மௌனமாக இருந்த பின் பெண் குழந்தை தயங்கியவாறு பேசியது. “நான் இன்னொரு விடயத்தைக் கூறப் போகிறேன். ஆனால் நீ அதனை நம்ப மறுப்பாயோ என்று அஞ்சுகிறேன். அதாவது, எமக்குத் தாய் என்ற ஒருவர் இருக்கிறார் என நான் நினைக்கிறேன்.”

இதைக் கேட்டதும் ஆன் குழந்தை ஆத்திரமடைந்தது. “தாயா! உனக்கென்ன பைத்தியமா? தாய் என்ற ஒரு வரை நான்

கண்டதேயில்லை. நீயும் கண்டதில்லை. பின்னே ஏன் வீணாக உளறுகிறாய்? யார் இந்தப் பொய்யை எல்லாம் உனக்குச் சொல்லித் தந்தது? நான் முன்னர் கூறியது போல் இதுதான் நமக்குரிய உலகம். நமக்குத் தேவையானவை எல்லாம் இங்கு கிடைக்கும் போது நீ ஏன் இப்படி இல்லாத ஒன்றைப் பற்றிக் கற்பணயில் ஏங்கு கிறாய்?” எனக் கடுமையாகக் கேட்டது.

சகோதரனின் விடையினால் பெண் குழந்தை வாய்யைத்துப் போனது. எனி னும் தனது நம்பிக்கையைக் கைவிட அது விரும்பவில்லை.

சிறிது நேரத்தில் கருப்பையில் சுருக்கங்கள் ஏற்படத் தொடங்கின. இதனால் கலக்கமுற்ற பெண் குழந்தை தன் சகோதரனைப் பார்த்து “விட்டு விட்டு ஏற்படும் இந்த நெருக்கலை நீ உணரவில்லையா? சில வேளைகளில் அது வேதனையாகவும் இருக்கிறதல்லவா?” என்று கேட்டது.

“ஆம்! ஆனால் இதிலென்ன விசேஷம் இருக்கிறது?” என்று அலட்சியமாகக் கேட்டது ஆன் குழந்தை.

“விசேஷமா? நான் நினைக்கிறேன் இந்தச் சுருக்கங்கள் எம்மை வேறோர் உலகத்துக்குக் கொண்டு செல்லப் போகின்றன. அந்த உலகம் இதைவிட மிக அழகாக வும் ஒளிமயமாகவும் இருக்கும். அதுமட்டுமா? அங்கு நாம் எமது தாயை நெருக்கு நேர் சந்திக்கப் போகிறோம். இது விசேஷமானது என நீ நினைக்கவில்லையா?” - திருப்பிக் கேட்டது பெண் குழந்தை.

அவளது சகோதரன் எதுவும் கூறவில்லை. தனது சகோதரி ஏதோ முட்டாள் தனமாக உளறுகிறாள். அவளோடு பேசுவதில் அர்த்தமில்லை என்று நினைத்த அந்த ஆண் குழந்தை அவளைப் புறக்கணித்துவிட்டுத் தன் பாட்டில் ஒதுங்கிக் கொண்டது. ★

(அரும்பு 17 இதழில் வெளிவந்தது)

அரும்பு-44



பிரசவத்தைத் தொடர்ந்து ஏற்படும் உளக் கோளாறுகள்

(Postpartum Psychiatric Disorders)



பிரசவத்தைத் தொடத்ந்து வரும் காலத்தில் கூமார் 85% ஆன பெண்கள் யாதேனும் ஒரு வகை மனநிலைக் குழப் பத்துக்கு (Mood disturbance) உள்ளா கின்றனர். பெரும்பாலானவர்களில் இக்குழப்ப நிலை தீவிரமடையாமல் ஓரிரு வாரங்களில் தணிந்து போய் விடும். எனினும் 10-15 சதவீதமான பெண்களில் இந்திலை தீவிரமடைந்து தொடர்ந்து நீடிப்பதனால் அவர்களது வாழ்க்கை பாரதாரமாகப் பாதிக்கப் படுகிறது.

தாயாகும் பெண்களின் வாழ்க்கையில் இப்படியான அவல நிலை ஏற்படாமல் தவிர்ப்பதற்கும், அவ்வாறு ஏற்பட்டால் உரிய முறையில் சிகிச்சை வழங்குவதற்கும் வாய்ப்பு வசதிகள் இருக்கின்றன. என்றாலும் அவர்களது பெற்றோர்களும் கணவன்மாரும் இவ் விடயம் பற்றிய அறிவின்மை காரணமாக இந்த உளக்குழப்ப நிலையை அலட்சியம் செய்து விடுகிறார்கள். தமது மகனோ மனைவியோ கடுமையாகப் பாதிக்கப்பட்டு மன்னோயாளி யாக மாறிய பின்புதான் அவர்களுக்கு விழிப்பு ஏற்படுகிறது. இன்று எல்லாச் சமூகங்களிலும் இப்பரிதாப நிலையைக் காண முடியும்.

பிரசவத்தை அடுத்துவரும் காலத்தில் பெண்களுக்கு உளவியல்ரீதியான ஆதரவும் பேச்சுத் துணையும் தேவைப் படுகிறது. பலருக்கு முதற் பிரசவத்தின் போது குடும்பத்தாரினதும் கணவனினதும் அங்பும் அரவணைப்பும் குறைவின்றிக் கிடைத்தாலும் அடுத்துவரும் பிரசவங்களின் போது பெண்கள் தம் அரும்பு - 44

சிகவோடு தனித்துப் போய்விடுகிறார்கள். இரவில் விழித்திருந்தால் தொழி ஒக்குச் செல்ல முடியாமற் போகும் என்ற பயத்தில் சில கணவன்மார் இரவில் மனைவியையும் குழந்தையையும் தனியே விட்டுவிடுகின்றனர். இரவில் நித்திரையின்றிக் குழந்தையோடு தனி யே கஷ்டப்படும் போது அவளது மன நிலைப் பாதிப்பு தீவிரமடைகிறது. பகல் வேளையிலும் தாயும் குழந்தையும் தனித்து விடப்பட்டால் நிலைமை மேலும் மோசமடைய வழி ஏற்படலாம்.

பிரசவத்தைத் தொடர்ந்து பெரும் பாலானவர்களுக்கு ஏற்படுகின்ற தற்காலிகமான, தீவிரமற்ற உளக் குழப்ப நிலை மருத்துவத்தில் Postpartum blues என அழைக்கப்படுகிறது. எவ்வித சிகிச்சையும் இல்லாமலே இது இரு வாரங்களுக்குள் மறைந்துவிடும். இதனால் தாயின் அன்றாட செயற்பாடுகளிலோ அவள் குழந்தையைப் பராமரிக்கும் விதத்திலோ பாதிப்பு ஏற்படாது. அவளது மனநிலை (mood) அடிக்கடி மாறுவதே இதன் பிரதான அறிகுறியாக இருக்கும். குழு இருப்பவர்கள் அவளது நிலைமையைப் புரிந்துகொண்டு அதனைப் பெற்று படுத்தாமல் நடந்துகொண்டால் பிரசகினை எதுவும் ஏற்படாது.

எனினும், மனநிலைக் குழப்பம் இரண்டு வாரங்களுக்கு அப்பாலும் நீடிக்குமானால் அது பற்றிக் கவனிக்க வேண்டும். ஏனெனில், Postpartum depression என்ற உளச் சோர்வு நிலைக்கு அவள் ஆளாகியிருக்கலாம். ஏற்கனவே

கர்ப்ப காலத்திலோ ஏனைய காலங் களிலோ depression என்னும் உளச் சோர்வு நிலைக்கு ஆளாகியிருந்தவர் கள் பிரசவத்தின் பின்னர் இந்த நிலைக்கு உள்ளாகும் சாத்தியம் கூடுதலாக இருக்கிறது.

இவ்வாறான உளச்சோர்வு பிரசவத்தை அடுத்த 2 - 8 வாரங்களுக்குள் மேது மெதுவாகத் தலை தூக்கும். சிலரில் சடுதியாகவும் தோன்றலாம். சோர்வுற்ற மனநிலை, அடிக்கடி கண்ணீர்விட்டு அழுதல், சந்தோஷமான சூழலிலும் மகிழ்ச்சியாக இருக்கமறுத்தல் (anhedonia), நித்திரையின்மை (insomnia), அதிக கணப்பு, பசியின்மை அல்லது மிகையான பசி, தற்கொலை செய்யும் யோசனை, நிதமும் மரணம் பற்றிய யோசனை முதலியன இந்தக் கோளாறின் போது காணப்படுகின்ற பொதுவான அறிகுறிகளாகும்.

என்ன நடக்குமோ என்ற மனப்பதற்றத்தோடு குழந்தையின் ஆரோக்கியம், சேமநலன் என்பன பற்றிய தேவையற்ற கவலைகளும் மிகைத்துக் காணப்படும். தனது குழந்தை பற்றிய மனப்பாங்கு அடிக்கடி மாறும். சில வேளைகளில் எதிர்மறையாகச் சிந்திப்பார்கள். தன் கையால் குழந்தைக்குத் தீங்கு விளைந்துவிடுமோ என்ற யோசனையும் பயமும் அவர்களை வாட்டிக் கொண்டே இருக்கும். எனவே இவ்வாறான பெண்களால் தமது குழந்தையைப் பராமரிக்க முடியாமற் போய் விடும்.

சில பெண்களில் பிரசவத்தை அடுத்து Postpartum psychosis என்ற பாரதாரமான மனநோய் ஏற்படுவது உண்டு. பொதுவாக 1000 பெண்களில் ஒரிரண்டு பேரே இந்நோய்க்கு உள்ளாகின்றனர்.

பிரசவம் நடந்து 2 முதல் 8 நாட்களுக்குள் இந்நோய் திடீரெனத் தொன்றும். பெரும்பாலானவர்களில் குழந்தை பெற்று முதல் இரண்டு வாரங்களுக்குள் நோய் அறிகுறிகள் விருத்தியடையும். இது தீவிரமான பைத்தியம் போன்று இருக்கலாம். அமைதியின்மை, நித்திரை கொள்ளாமை, எளிதில் ஏரிச்சல் அடைதல், சோர்வுக்கும் அதீத குதுகலத்துக்கும் இடையில் அடிக்கடி மாறுகின்ற மனநிலை, ஒழுங்கு குலைந்த நடத்தை என்பன பிரதான அறிகுறிகளாக இருக்கும். உரிய சிகிச்சை வழங்கப்படாது போனால் இப்படியான பெண் தனது சிகவைக் கொல்லவோ, தற்கொலை செய்து கொள்ளவோ முயற்சிக்கலாம்.

இந்தக் கோளாறினால் பாதிக்கப்பட்ட பெண்ணிடம் தன் குழந்தையைப் பற்றிப் பலவிதமான பிரமைகள் காணப்படும். தன் குழந்தை உடற்குறைபாடுள்ளது என்றோ அது செத்துக் கொண்டிருக்கிறது என்றோ அவள் நினைப்பாள். உண்மையாக அப்படி மில்லை என யார் மறுத்துரைத்தாலும் அவள் ஏற்றுக்கொள்ள மாட்டாள். பிறந்துள்ள பிள்ளை ஒரு பிசாச என்று அல்லது ஒரு தெய்வ அவதாரம் என்று நினைப்போரும் உள்ளனர். தனக்கோதனது குழந்தைக்கோ தீங்கு செய்யும் படி யாரோ தனக்கு அறிவுறுத்துவது போன்ற மாயையான ஒலிகள் அவளது செவிப் புலனுக்குக் கேட்கும்.

பிரசவத்துக்குப் பின்னர் ஏற்படக் கூடிய உளக்கோளாறுகளின் அறிகுறிகள் தெளிவாகத் தெரிந்த பின்னரும் அவை பிள்ளைப் பேற்ன் இயல்பான விளைவுகள் என அவற்றை அலட்சியப்படுத்தி வைத்திய உதவியை நாடாமல் இருப்பதே சமுகத்தில் காணப்படுகின்ற பிரச்சினையாக இருக்கிறது.

குடும்பத்தவரின் ஆதரவு போதிய அளவு சிடைக்காமற் போதல், திருமண உறவில் திருப்தியின்மையும் சச்சரவுகளும் காணப்படுதல், அண்மைக் காலத்தில் நிகழ்ந்த உறவினரின் மரணம் போன்ற இழப்புக்கள், பொருளாதார நெருக்கடிகள், தொழில் இழத்தல் போன்ற சமூக உளவியற் காரணிகள் Postpartum depressionக்குரிய தூண்டிகளாக அமைகின்றன.

தகுதிவாய்ந்த உள்நோய் மருத்துவரின் உதவியோடு இக்கோளாறுகளைச் சமனப்படுத்த முடியும் என்பதை நாம் மறக்கப்படாது.

தற்போது, பிரசவத்தின் பின்னர் பெண்களைப் பரிசீலனை செய்வதன் மூலம் Postpartum depressionக்கு ஆளாகியுள்ளவர்களை இனங்காண முடியும். இது தொடர்பாகத் தம்மைத்

தாமே மதிப்பீடு செய்து கொள்ளக் கூடிய 10 அம்சங்களைக் கொண்ட வினாக்களாத்தொன்று இதற்காக உபயோகிக்கப்படுகிறது. அந்த வினாக்களுக்கு அவர்கள் தெரிவு செய்யும் விடைகளின் அடிப்படையில் அவர்களது உள்ளிலை மதிப்பிடப்படுகிறது.

Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) என அழைக்கப்படும் இவ்வளவுத் திட்டத்தில் 12க்கு மேற்பட்ட புள்ளிகளைப் பெறுவோரும் 10ம் வினாவுக்கு ‘ஆம்’ என விடை தருபவர்களும் முழுமையான மதிப்பீட்டுக்கும் கண்காணிப்புக்கும் உட்படுத்தப்படுவது அவசியம்.

இந்த EPDS அளவுத் திட்டத்தைத் தமிழில் பெற விரும்புவோர் அரும்பு ஆசிரியரோடு தொடர்பு கொள்ளலாம். ★

ஓஹோ! அப்படியா செய்தி?

கொடை கொடுப்பதில் முன்னிற்கும் ஒரு வயோதிபரின் வீட்டுக் கதவை வந்து தட்டினார் ஒரு மனிதர்.

கதவைத் திறந்த அந்த முதியவர் “என்ன விஷயம்?” என வந்தவரிடம் கேட்டார். “அடுத்த ஊரில் மிக அநாதரவான வறிய குடும்பமொன்று இருக்கிறது. குடும்பத் தலைவனுக்குத் தொழில் இல்லாமற் போய்விட்டது. அவனது மனைவியோ உழைக்க முடியாத நோயாளி.. பிள்ளைகளும் சின்னஞ் சிறுகள். இருக்கிற வாடகை வீட்டுக்கு மூன்று மாதங்களாக வாடகை கொடுக்காதனால் அவர்கள் வெளியே துரத்தப்படப் போகிறார்கள். பாவம் முழுக் குடும்பமும் பாதையோரத்தில் வெய்யிலிலும் மழையிலிலும் அவதிப்படப் போகிறது. கருணை கூர்ந்து அவர்களது வீட்டு வாடகைப் பாக்கியைச் செலுத்த உதவ மாட்டார்களா?” என மிகப் பணிவாகவும் விண்யமாகவும் வேண்டிக் கொண்டார் வந்த மனிதர்.

“இப்படியானவர்களுக்குக் கட்டாயம் உதவத்தான் வேண்டும். அது சரி, நீங்கள் யார் என்று தெரிந்துகொள்ளலாமா?” எனக் கேட்டார் முதியவர்.

“நானா? நான் தான் அந்த வீட்டுக்குச் சொந்தக்காரன்” என்று தனிந்த குரவில் பதில் வந்து அந்த மனிதரிடமிருந்து.

அமெரிக்காவின் ஐனாதிபதியாக இருப்பது ஒரு மயானத்தில் (மையவாடியில்) வேலை செய்வது போலத்தான். உங்களுக்குக் கீழே நிறையப் பேர் இருப்பார்கள். ஆனால் நீங்கள் சொல்கிற எதுவும் அவர்களது காதீல் விழாது. - பில் கீஸின்டன்



திமுக்கு மற்றும் மத்திய ஆசியாவில் அமைந்துள்ள மொங்கோவினாலும் எனைய மூன்று திசைகளிலும் சீனாவினாலும் குழப்ப பட்டிருக்கிறது. உலகிலுள்ள முற்றி லும் நிலத்தினால் குழப்பபட்ட நாடு களுள் பருமனில் இரண்டாவது பெரியதாக மொங்கோவியா திகழ்கிறது (முதலாவது இடத்தை கஸாகிஸ்தான் பெற்றுள்ளது). கஸாகிஸ்தான் மொங்கோவியாவுடன் எல்லையைக் கொண்டிராதபோதிலும் அந்நாட்டின் கிழக்கு முனை மொங்கோவியாவின் மேற்கு முனைக்கு மிக அருகிலேயே காணப்படுகிறது.

கி.பி.13ம் நூற்றாண்டில் ஜெங்கிஸ் கான் என்ற பேரரசனின் ஆட்சியில் மாபெரும் சாம்ராஜ்யமொன்றாக மொங்கோவியா திகழ்ந்தது. (அரும்பு-26 இல் வெளியான ‘மொங்கோவியப் பேரரசை உரவாக்கிய ஜெங்கிஸ்கான்’ என்ற கட்டுரையைப் பார்க்க) அக்காலத்தில் அதன் எல்லைகள் மேற்கு கிழக்காக இன்றைய போலந்து முதல் கொரியா வரையும் வடக்குத் தெற்காக ஸைபிரியா முதல் ஓமான் வளைகுடா, வியட்னாம் என்பன வரையும் சுமார் 33 மில்லியன் சதுரkm பரப்பைக் கொண்டிருந்தது.

எனினும், இன்றைய மொங்கோவியா 1,564,716 km² பரப்பை மட்டுமே கொண்டுள்ளது. நிலப்பரப்பின் அடிப்படையில் உலகின் 19வது பெரிய நாடு

இதுவாகும். இன்றைய அதன் சனத் தொகை சுமார் 3.08 மில்லியன் மாத் திரமே. இந்த வகையில் உலகின் சனத் தொகை அடர்த்தி மிகக்குறைந்த நாடு களில் ஒன்றாகவும் அது திகழ்கிறது. மொங்கோவியாவின் சனத்தொகையில் 38 சத வீதத்தினர் தலைநகரான உலான் பட்டோரில் வாழ்கின்றனர்.

மொங்கோவியாவின் மக்களில் மிகப் பெரும்பான்மையினர் மொங்கோவிய இனத்தைச் சேர்ந்தவர்கள். கஸாக் மற்றும் துவான் இனத்தவர்கள் நாட்டின் மேற்குப் பகுதியில் சிறுபான் மையினராக வாழ்கின்றனர். இந்நாட்டில் திபெத்திய பெளத்தம் பிரதான சமயமாக விளங்குகிறது. சனத்தொகையில் பாதிக்கு மேற்பட்டோர் இச்சமயத்தைப் பின்பற்றுகின்றனர். அத் தோடு 5% முஸ்லிம்களும் 2% கிறிஸ்தவர்களும் அங்கு காணப்படுகின்றனர். ஏனையவர்கள் சமய ஈடுபாடற்றவர்களாக உள்ளனர்.

நாட்டின் அரசு கரும் மொழியாக மொங்கோவிய மொழி விளங்குகிறது. மக்களில் 90%இனர் இம்மொழியை பேசுகின்றனர். இது தவிர ரஷ்ய மொழியும் ஆங்கிலமும் இரண்டாம் மொழிகளாகப் பயன்படுத்தப்படுகின்றன. மொங்கோவிய மொழி ரஷ்ய மொழியைப் போன்று சிரிலிக (Cyrillic) அரிச்சுவடியைப் பயன்படுத்தி எழுதப்படுகிறது.

மொங்கோவியாவின் தரையமைப்பு மேற்கிலும் வடக்கிலும் மலைப்பாங்காகவும் தெற்கில் பாலைவனமாகவும் காணப்படுகிறது. பயிர் செய்யக்கூடிய நிலம் மிகச் சிறிதளவே உள்ளது நாட்டின் வெப்பநிலை குளிர் காலத்தில் கடுங்குளிராகவும் கோடை காலத்தில் சூடாகவும் இருக்கும். ஐனவரி மாதத்தில் வெப்பநிலை -30°C வரை வீழ்ச்சி

யடையும். பொதுவாக குளிர் காலம் நீண்டதாகவும் கோடை காலம் குறு கியதாகவும் இருக்கும். கோடை காலத் தில் மட்டுமே மழை பெய்கிறது.

வருடாந்த மழை வீழ்ச்சி வகுக்கில் 200 - 350 mm ஆகவும் தெற்கில் 100 - 200 mm ஆகவும் இருக்கிறது. தென் அந்தத்திலுள்ள கோபி (Gobi) பாலை வனப் பிரதேசத்தில் பெரும்பாலான வருடங்களில் மழையே பெய்வதில்லை. வடமேற்கில் அமைந்துள்ள குயிதென் (Khuiten Peak) சிகரம் என்பதே மொங் கோலியாவின் மிக உயர்ந்த சிகரம். இதன் உயரம் 4,374 m.

மொங் கோலியா 21 மாகாணங்களாகவும் 315 மாவட்டங்களாகவும் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. தலைநகர் உலான் பட்டோர் தனி நிர்வாக அலகாக விளங்குகிறது.

நாட்டின் மொத்த தேசிய உற்பத்தியில் 21.4% கைத்தொழில் துறை மூலம் 20.4% விவசாயத் துறை மூலமும் பெறப்படுகிறது. நிலக்கரி, செம்பு, மொலிப்டினம், வெள்ளீயம், தங்ஸ்டன், பொன் என்பவற்றை அகழ்ந்தெடுக்கும் சரங்கத் தொழில் பிரதான இடத்தை வகிக்கிறது. அத்தோடு பெற்றோலியம், விலங்குற்பத்திப் பொருட்கள், இயற்கை நார்கள் என்பனவும் உற்பத்தி செய்யப்படுகின்றன. சீனாவே பிரதான வாணிபப் பங்காளியாகத் திகழ்கிறது.

செப்பனிடப்பட்ட பாதைகள் பெரிய நகர்களுக்கிடையில் மாத்திரமே காணப்படுகின்றன. புதிய பாதைகள் தற்போது அமைக்கப்பட்டு வருகின்றன. மொங் கோலியாவுக்குத் துறைமுகமோ கப்பற் சேவைகளோ இல்லை. நாட்டின் பிரதான விமான நிலையமான சிங்கிஸ்கான் சர்வதேச விமான நிலையம் தென் கொரியா,

சீனா, ஐப்பான், ரஷ்யா, ஜெர்மனி போன்ற நாடுகளுக்கு விமானச் சேவைகளை வழங்குகிறது. மொங் கோலியாவின் பிரதான விமான சேவை MIAT என அழைக்கப்படுகிறது.

மொங் கோலியாவை அரசாட்சி செய்து வந்த கிங் (Qing) அரசு பரம் பரை வீழ்ச்சியுற்றதைத் தொடர்ந்து 1911 இல் அந்நாடு சுதந்திரப் பிரகடனம் செய்தது. எனினும், 1945இன் பின் னரேயே அதற்கு சர்வதேச அங்கீகாரம் கிடைத்தது. அப்போதைய சோவியத் ரஷ்யாவின் அரசியல் செல்வாக்குக்கு உட்பட்டதாகவே ஆரம்ப கால சுதந் திர மொங் கோலியா விளங்கியது. சோவியத் யூனியனின் சிறைவின் பின்னர் மொங் கோலியாவிலும் உறுதியான ஜனநாயக ஆட்சி முறையொன்று 1990 இல் உருவாகியது. 1992இல் இயற் றப்பட்ட புதிய அரசியல் யாப்பின் அடிப்படையிலேதான் தற்போது மொங் கோலியா நிர்வகிக்கப்படுகிறது.

பொதுத் தேர்தல் மூலம் தெரிவு செய்யப்படும் ஜனாதிபதியே அரசத் தலைவராக உள்ளார். எனினும், இவருக்குப் பெரிய நிர்வாக அதிகாரம் எது வழில்லை. தனிச் சபையைக் கொண்ட பாராளுமன்றத்துக்கு பொது வாக் கெடுப்பு மூலம் 76 உறுப்பினர்கள் தெரிவு செய்யப்படுகின்றனர். இவர்கள் துறை பதவிக் காலம் 4 வருடங்கள். பாராளுமன்ற உறுப்பினர்களே பிரதமரைத் தெரிவு செய்கின்றனர். பிரதமர் ஜனாதிபதியின் ஆலோசனையோடு தமது அமைச்சர்களைத் தெரிவு செய்வார். பிரதமரே நிர்வாக அதிகாரமுள்ள அரசாங்கத் தலைவராக விளங்குகிறார். தற்போதைய பிரதமர் Jargaltulgyn Erdenebat என்பவர் 2016 ஜூலையில் தெரிவானார். ★

பயனுள்ள சில குறிப்புக்கள்

பற்களில் படியும் plaque என்னும் பசையை அகற்றிட

நாம் உட்கொள்ளும் உணவுகளின் துணிக்கைகள், வாயிலுள்ள பற்றிரியா என்பன காரணமாக எமது பற்களின் மீதும் பற்களைச் சூழ உள்ள முரசு விளிம் பிலும் வெளிறிய மஞ்சள் நிறமுள்ள பசைத்தன்மையான பொருளொன்று படி வடைகிறது. இதுவே plaque எனப்படும். இதனை அகற்றாமல் விட்டால் அது கடினமாக tartar என்னும் காறையாக மாறுகிறது. இக் காறையைப் பல் சுத்திகரிக்கும் தூரிகையினால் அகற்ற முடியாது போய்விடும். அதற்காகப் பல் வைத்தியரிடம்தான் செல்ல வேண்டும்.

Plaque என்னும் பசையை நீக்குவதற்கு கறியுப்புக் கரைசலில் அப்பச் சோடா வைக் கலந்து பசையாக்கித் தூரிகையொன்றினால் பற்களைத் தேய்க்க வேண்டும். தூரிகையை முரசை நோக்கி அசைக்காமல் முரசிலிருந்து வெளி நோக்கி மாத்திரம் அசைப்பது முக்கியம்.

இரண்டு மேசைக் கரண்டி சுத்தமான தேங்காய் எண்ணெய்யுடன் 2 மேசைக் கரண்டி அப்பச் சோடாவைக் (Baking soda) கலந்து தயாரித்துக் கொண்ட பசையையும் இதற்காகப் பயன்படுத்தலாம்.

வழுமையாகப் பயன்படுத்தும் பற்பசைக்குப் பதிலாக இடையிடையே மேற் சொன்ன கலவைகளில் ஒன்றை உபயோகித்துப் பாருங்கள். நிச்சயமாக நல்ல பலன் கிடைக்கும்.

(குறிப்பு: Baking sodaவும் Baking powderம் வித்தியாசமானவை. கடைகளில் அப்பச் சோடா என்ற பெயரில் விற்கப்படும் சோடியம் இருகாபனேற்று என்ற பதார்த்தத்தையே இங்கு நாம் Baking soda எனக் குறிப்பிட்டுள்ளோம்)

மனப் பதற்றத்தைத் தணிக்க

எதிர்பாராத அதிர்ச்சி, பயம் என்பன காரணமாகத் திடீரென மனப்பதற்றம் ஏற்பட்டு விடுகிறதல்லவா? அவ்வாறான சந்தர்ப்பங்களில் உடலில் பலம் இல்லாமற் போய் செய்யப்பட முடியாதவர்களாக ஆகிவிடுகிறோம்.

இப்படியான மனப்பதற்றம் ஏற்படுவதற்கு முக்கிய காரணம் அவ்வாறான நிலைமைகளில் எமது சுவாசம் சரிவர நிகழுமாற் போவதே என ஆய்வாளர்கள் கூறுகின்றனர்.

அதிர்ச்சியோ, பயமோ, அவற்றின் காரணமாக மனப்பதற்றமோ ஏற்பட்டுள்ள நிலையில் வாயினுராடாகச் சுவாசிப்பதைத் தவிர்த்துக் கொண்டு தொடர்ந்து மூக்கிக் குருடாகவே சுவாசிப்பது அவசியம். பின்வரும் சுவாசப் பயிற்சியில் ஈடுபடுவதன் மூலம் எத்தகைய நிலைமையிலும் மனப்பதற்றத்தைத் தணித்துக்கொள்ள முடியும் என்கின்றனர் ஆய்வாளர்கள்.

மனப்பதற்ற நிலை ஏற்பட்டால் மற்றவர்களை விட்டு ஒதுங்கி ஒதுக்குப்புற மான ஓர் இடத்திற்குச் செல்லுங்கள். அங்கு நின்றவாரோ அமர்ந்தவாரோ பின்வரும் முறையில் சுவாசத்தை மேற்கொள்ளுங்கள்.

முதலில் விரலொன்றால் இடது மூக்குத் துவாரத்தை நெரித்து அடைத்துக் கொண்டு வலது மூக்குத் துவாரத்தால் ஆழமான மூச்சொன்றை உள்ளெடுங்கள். பின்னர் வலது மூக்குத் துவாரத்தை அடைத்துக்கொண்டு முன்செய்தது போலவே இடது துவாரத்தின் மூலம் ஆழமாக மூச்ச வாங்கி மெதுவாக வெளிவிடுங்கள். இவ்வாறு மாற்றி மாற்றி தனியாக ஒரு நாசித் துவாரத்தினாடாக மாத்திரம் சுவாசியுங்கள். அவ்வாறு செய்யும் போது உள்ளெடுத்து வெளிவிடப்படும் காற்றின் மீது உங்கள் கவனத்தைக் குவியச் செய்யுங்கள்.

தொடர்ந்து சிறிது நேரத்திற்கு இவ்வாறு செய்யும்போது பதற்றம் இல்லாமல் போய்விடும்.

பாதனிகளிலிருந்து வரும் தூர்வாடையை நீக்கிட

தொடர்ச்சியாக அணிந்து வந்த உங்கள் சப்பாத்துக்களில் இருந்து தூர்வாடை வீசுகிறதா? கவலைப்படாதீர்கள்! இரவில் நித்திரைக்குப் போகு முன் அந்தப் பாதனிகளுக்குள் அப்பச் சோடாவைத் (Baking soda) தூவி வையுங்கள். மறுநாட் காலையில் அந்த வாசம் மறைந்து போயிருக்கும். அப்பச் சோடாவை வெளியே தட்டிவிட்டு பாதனிகளை நீங்கள் சந்தோஷமாக அணிந்துகொள்ளலாம்.

தொடர்ந்து அழும் குழந்தையின் அழுகையை நிறுத்தி

இல் குழந்தைகள் வீறிட்டு அழுத் தொடங்கினால் நிறுத்தவே மாட்டா. இப்படியான அழுகையின் காரணமாக எத்தனையோ தாய்மார் விரக்தியடைந்து விடுகின்றனர்.

இப்படி அழுகின்ற குழந்தைகளின் அழுகையை உடனடியாக நிறுத்திக் குழந்தையை ஆறுதல் படுத்தக்கூடிய நுட்ப முறையொன்றை கவிபோர்னியா வைச் சேர்ந்த ரொபர்ட் ஹமில்ட்டன் என்ற சிறுவர் நோய் வைத்தியர் அறிமுகப் படுத்தியுள்ளார்.

அழுதுகொண்டிருக்கும் குழந்தையின் கைகள் இரண்டையும் மடித்து அதன் மார்பின் மீது வைத்து பக்கத்திலுள்ள படத்தில் காட்டியுள்ள வாறு உங்கள் இடது கையினால் அதன் கைகளை அதன் நெஞ்சோடு சேர்த்து அழுத்திப் பிடிக்க வேண்டும். அவ்வாறு செய்யும்போது உங்கள் பெருவிரலுக்கும் சட்டு விரலுக்கும் இடையில் அதன் கீழ்த்தாடை இருக்கும் வண்ணம் பிடித்துக் கொள்ள வேண்டும்.



உங்கள் வலது கையைப் பின்புறமாகக் கால்களுக் கிடையில் செலுத்தி ஆசனப் பகுதியால் பிடித்துப் பிள்ளையைத் தாங்கிக்கொள்ள வேண்டும். சரியாகப் பிடித் துக்கொண்ட பின்னர் குழந்தையைப் படத்தில் காட்டியுள்ளவாறு 45° கோணத்தில் முன்புறமாக சரித்து மெதுவாக முன்னும் பின்னுமாக ஆட்ட வேண்டும். இப்படி ஆட்டும் போது குழந்தை உடனடியாகத் தன் அழுகையை நிறுத்திவிடும்.

இந்த வலிகள்

அலட்சியம் செய்ய வேண்டாம்!



உடல் வலிகள் எமது அன்றாட வாழ்க்கையின் ஒரு பகுதியாகவே இருக்கின்றன. காயங்கள், நோய்கள், கடுமையான உடல் உழைப்பு முதலீ யவற்றின் காரணமாகப் பலவிதமான உடல் வலிகள் தோன்றலாம். இவ்வாறான வலிகள் ஏன் ஏற்படுகின்றன என் பதை வைத்தியரின் உதவி இன்றியே நாம் புரிந்து கொள்ளலாம். எனினும் காரணம் புரிந்துகொள்ள முடியாத வலியொன்று தொடர்ந்து நீடிக்குமானால் கட்டாயமாக முன்னெச்சரிக்கையோடு நாம் செயற்படுவது அவசியம். உடலில் பாரதூரமான பிரச்சினையொன்று இருப்பதை அவை கூட்டிக் காட்டுவதாக இருக்கலாம்.

நாம் அலட்சியப் படுத்தக்கூடாத வலி வகைகள் சிலவற்றைக் கீழே தருகிறோம்:

1. கால்களில் அல்லது பாதங்களில் ஏற்படுகின்ற ஏரிவது போன்ற வலி அல்லது உணர்வற்ற தன்மை (மற்றுப் போதல்)

கால்களில் அல்லது பாதங்களில் ஏரிவது போன்ற வலியோ அல்லது மற்றதுப்போன தன்மையோ தொடர்ந்து காணப்பட்டால் அது நரம்புக் கோளாறையே குறிக்கும். குறிப்பாக நீரிழிவு நோய் காரணமாக ஏற்படும் நரம்புப் பாதிப்புக்களே இதற்குக் காரணமாக இருக்கின்றன. பெரும்பாலானவர்கள் நீரிழிவு நோயின் அறிகுறிகளை அலட்சியம் செய்து விடுகின்றனர். இதன் காரணமாகக் காலப்போக்கில் பாரதூரமான விளைவுகள் ஏற்படுகின்றன.

மேற்சொன்ன வலி அல்லது உணர்வற்ற தன்மையோடு வாய் உலர்தல், தீராத தாகழும் பசியும், சொறியத் தூண்டும் உலர்ந்த தோல், எளிதில் ஆராத புன் அல்லது காயம், அடிக்கடி சிறு நீர் கழித்தல், பார்வை மங்குதல் போன்ற அறிகுறிகளில் சிலவோ காணப்பட்டால் உடனடியாக வைத்தியரிடம் செல்வது நல்லது.

2. நெஞ்சு, தொண்டை, தாடை, கை அல்லது வயிற்றுப் பகுதியில் காரணம் தெரியாத தொடர்ச்சியான வலி.

நெஞ்சில் வலி அல்லது அசென்கரிய உணர்வு ஏற்படுவதற்கு இதயக்கோளாறு காரணமாக இருக்கலாம். இதயக்கோளாறு காரணமாகத் தோன்றும் வலியானது தொண்டை, தாடை, கை, இரைப்பை முதலியவற்றிலும் வெளிப்படலாம். ஏப்பத்துடன் புனிப்புச் சுவையுள்ள திரவம் அடிக்கடி வெளிவருவதும் இக்கோளாறுகளின் அறிகுறியாக இருக்கக்கூடும். எனவே இப்படியான வலிகள் தொடர்ந்து இருப்பின் வைத்திய உதவியை நாடவேண்டும். (மேற்சொன்ன அறிகுறிகள் gastritis என்னும் இரைப்பை ஆழ்சியின் காரணமாகவும் தோன்றலாம். நெஞ்சில் ஏற்படும் வலி வெறுமனே தசை வலியாகவும் இருக்கலாம். எனினும் காரணம் எதுவென நிச்சயமாகத் தெரியாத நிலையில் வைத்தியரிடம் போவதே நல்லது)

3. தாங்க முடியாத தலைவலி

பொதுவாக நீரிழிப்பு, பீனிசம் என்னும் சளிக் கோளாறு, கண் வருத்தம்,

மன உளைச்சல் என்பன காரணமாகத் தலைவலி வரலாம். (சிலருக்கு migraine என்னும் ஒற்றைத் தலைவலி வரலாம்.) போதியளவு நீர் அருந்துதல், பரசிற்ற மோல் போன்ற வலி நிவாரணியொன் றினை உட்கொள்ளல், விக்ஸ் அல்லது சித்தாலேப்ப போன்ற ஒன்றைத் தடவுதல், தியானத்தில் ஈடுபடுதல், ஓய் வாக நித்திரை கொள்ளல் என்பவற் றின் மூலம் இவ்வாறான தலைவலி யிலிருந்து நிவாரணம் பெறலாம்.

உரிய பரிகாரங்கள் செய்த பின்னரும் தாங்க முடியாத விதத்தில் இன்றெதியாத தலைவலியொன்று நீடிக்கு மானால் அதனை உடனடியாகக் கவனிக்க வேண்டும். ஏனெனில் மூனையில் ஏற்பட்டுள்ள இரத்தக் கசிவு போன்ற பாரதுரமான பிரச்சினையொன்றின் அறிகுறியாக அது இருக்கலாம்.

4. கடுதியான அல்லது தொந்தரவு தருகின்ற முதுகு வலி

அதிக உடல் இயக்கம் இல்லாத வாழ்க்கை முறை, பிழையான முறையில் உட்கார்ந்திருத்தல் அல்லது நித்திரை கொள்ளல், கடுமையான உடல் உழைப்பு போன்ற காரணங்களால் முதுகு வலி ஏற்படுவது சகஜம். மூட்டுவாதம் (Arthritis) போன்ற நீண்ட காலக் கோளாறுகளாலும் தொல்லை தரும் முதுகுவலி ஏற்பட வாம்.

எனினும் திடீரெனத் தாங்க முடியாத விதத்தில் கடுமையான முதுகுவலி ஏற்பட்டால் அது இதயத்திலிருந்து குருதியைக் கொண்டு செல்லும் பெருநாடியின் சுவரில் பிளவு அல்லது சிழிசல் ஏற்பட்டுள்ளதைச் சுட்டிக் காட்டலாம். இந்த நிலைமை உயிருக்கு ஆபத்து விளைவிக்கக்கூடியது. எனவே உடனடியாக வைத்தியசாலையில் அனுமதி பெறுவது நல்லது.

அரும்பு - 44

முதுகில் தோள் பட்டைகளுக்கு இடைப்பட்ட பகுதியில் ஏற்படும் வலி யானது உயர் குருதியமுக்கம், சுற்றோட்டக் கோளாறுகள், நீரிழிவு போன்ற ஒன்றைக் குறிக்கலாம். இந்நிலையிலும் வைத்திய ஆலோசனை தேவை.

5. கடுமையான வயிற்று வலி

பலவேறு கோளாறுகள் காரணமாக வயிற்று வலி ஏற்படலாம். எனினும் அது சடுதியானதாகவும் கூர்மையும் தீவிரமும் கொண்டதாகவும் இருப்பின் பித்தப்பையில் கல் போன்ற பித்தப்பை சார்ந்த கோளாறுகளோ, சதைய அழற்சி (pancreatitis), இரைப்பைப் புண், சிறுகுடற் புண், குடல் வளரி அழற்சி (appendicitis) போன்ற பிரச்சினைகளோ அதற்குக் காரணமாக இருக்கலாம்.

இவ்வாறு காரணம் புரியாத வகையில் சடுதியாகவும் கடுமையாகவும் தோன்றும் வயிற்றுவலி நீடித்தால் உடனடியாக வைத்தியரிடம் செல்வது நல்லது. பின்னால் ஏற்படக்கூடிய சீரியஸான பிரச்சினைகளை இதன் மூலம் தவிர்த்துக் கொள்ளலாம்.

6. கெண்டைக்காலில் வலி அல்லது வீக்கம்.

கெண்டைக்காலில் ஏற்படுகின்ற தசைப்பிடிப்பு காரணமாகத் தோன்றும் வலி பிரச்சினைக்குரியதல்ல. எனினும் கெண்டைக் காலில் வீக்கமும் விடாத வலியும் தோன்றினால் உயிருக்கு ஆபத்தை ஏற்படுத்தக் கூடிய Deep Vein Thrombosis (DVT) என்ற நிலைமையாக அது இருக்கலாம்.

பாதிக்கப்பட்ட காலின் தோல் குடாகவும் சிவந்தும் இருப்பதோடு மேற்பரப்பு நாளங்கள் புடைத்துத் தெளிவாகப் புலப்படுவதும் இந்திலை மையில் தோன்றும் ஏனைய அறிகுறி

களாகும். இவ்வாறான நிலைமை காணப்பட்டால் உடனடியாக வைத் திய உதவியை நாட வேண்டும்.

7. இன்னதென்று கூறமுடியாத உடல் வளி

இடமொன்றைக் குறிப்பிட்டுக் கூற முடியாத வகையில் உடலெங்கும் பரவலாகத் தோன்றும் காரணமற்ற, மறைமுகமான உடல்வளியானது மன அழுத்தம் போன்ற உளக்கோளாறு கள் காரணமாக ஏற்படலாம்.

இந்நிலையில் உடல் வளி மட்டுமன்றி எதிலும் ஆர்வமற்ற தன்மை, தெளிவாகச் சிந்திக்கவோ எதிலும் கவனத்தைச் செலுத்தவோ முடியாத நிலை, சமூகத் தொடர்புகளிலிருந்து ஒதுங்கிப் போகும் தன்மை என்பனவும் காணப்படும்.

இப்படியான அறிகுறிகள் காணப்பட்டால் உள நோய்கள் தொடர்பான வைத்தியர் (Psychiatrist) ஒருவரின் உதவியை நாடுவதே நல்லது. ★

வானிலை நிபுணர்

ஓர் அரசன் வேட்டைக்குச் செல்ல விரும்பினான். வேட்டையின் போது மழைபெய்து காரியத்தைக் கெடுத்து விடுமோ என்று அங்கிய அவன் தனது அரண்மனை வானிலை நிபுணரிடம் அது பற்றி ஆலோசனை கேட்டான். “யப்படாதீர்கள் அரசே, நீங்கள் போகிற திசையில் இந்த வாரத்தில் மழை கொஞ்சம் கூடப் பெய்யாது” என்று கூறினார் நிபுணர்.

எனவே அரசன் அரசியையும் அழைத்துக்கொண்டு தனது பரிவாரங்களோடு வேட்டையாடுவதற்குப் புறப்பட்டான். போகும் வழியிலே, தனது கழுதையோடு வந்துகொண்டிருந்த முதிய விவசாயி ஒருவன் அரசனைக் கண்டான். “அரசே, உடனடியாகத் திரும்பிச் சென்றுவிடுங்கள். இன்னும் கொஞ்ச நேரத்தில் கடுமையான மழை கொட்டப் போகிறது.” என்றான் அந்த விவசாயி.

“அரண்மனை வானிலை நிபுணர் உம்மைவிட அதிகம் படித்தவர். மழையே பெய்யாது என்று அவர் சொல்லியிருக்கிறார். எனவே நான் திரும்பிப்போக மாட்டேன்” என்று கூறிய அரசன் தனது குழுவினரோடு பயணத்தைத் தொடர்ந்தான்.

சிறிது நேரத்தில் கடுமையாக மழை பெய்ய ஆரம்பித்தது ஒதுங்க இடமின்றி அரசனும் அரசியும் மழையில் நனைந்து ஊறிப் போயினார். அரசனுக்கோ கடுங் கோபம். உடனடியாக அரண்மனைக்குத் திரும்பிய அவன் அந்த வானிலை நிபுணரை நாட்டைவிட்டே தூரத்திலிட்டான். அத்துடன் நிற்காது அந்த விவசாயியைத் தேடிப் பிடித்து அழைத்து வருமாறு காவலாளருக்குக் கட்டளையிட்டான்.

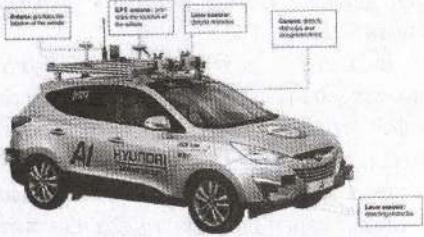
காவலாளர்கள் விவசாயியை அழைத்து வந்தனர். அந்த விவசாயி தனது கழுதையோடு அரசன் முன்னிலையில் பணிந்து நின்றான்.

“நீர் வானிலையை எதிர்வ கூறுவதில் மிகுந்த கெட்டிக்காரராக இருக்கிறீர். எனவே உம்மை நான் அரண்மனை வானிலை நிபுணராக நியமிக்கப் போகிறேன்” என்றான் அரசன் விவசாயியைப் பார்த்து.

“அரசே, எனக்கு வானிலை பற்றி எதுவும் கூறந்த தெரியாது. என்னுடைய கழுதைதான் அது பற்றி எனக்கு அறிவிக்கும். அது தன் காதுகள் இரண்டையும் கீழ் நோக்கித் தொங்கவிட்டால் கட்டாயம் மழை பெய்யும். அதை வைத்துத்தான் நான் சொன்னேன்” என்று பணிவாகக் கூறினான் விவசாயி.

“அப்படியானால் இன்று முதல் உமது கழுதையை நான் அந்தப் பதவிக்கு நியமிக்கிறேன்” எனப் பிரகடனம் செய்தான் அரசன்.

அரசாங்க உயர் பதவிகளுக்குக் கழுதைகளையும் நியமிக்கும் வழக்கம் இதிலிருந்துதான் ஆரம்ப மாதியது என்கிறார்கள்.



சாரதியில்லா வாகனங்கள்

(Driverless Vehicles)

பல நாடுகளில் தற்போது பரிட் சாரத்தமாக அறிமுகப்படுத்தப்பட்டு வரும் சாரதியற் வாகனங்கள் தரை வழிப் போக்குவரத்துத் துறையில் புரட்சிகரமான திருப்பமொன்றை ஏற்படுத்தியுள்ளன. மனிதரின் நேரடித் தலையீடோ கட்டுப்பாடோ இன்றிச் சமயமாக இயங்கக்கூடிய இவ்வாகனங்கள் சுயாதீனமான வாகனங்கள் (Autonomous vehicles) என்றும் ரொபோ வாகனங்கள் (Robotic vehicles) என்றும் அழைக்கப்படுகின்றன.

இவ்வகையான வாகனங்கள் ரேடார் (Radar), லிடார் (LiDAR), GPS, Odometry போன்ற தொழில் நுட்பங்களையும் வீடியோக் கமராக்களையும் பயன்படுத்தித் தம் புவியியல் அமைவையும் சுற்றுச் சூழலின் தன்மையையும் இனக்கண்டு கொள்கின்றன. மேற்சொன்ன தொழில்நுட்பங்களின் ஊடாகப் பெறப்படும் தரவுகளையும் தகவல்களையும் கம்பியூட்டரை அடிப்படையாகக் கொண்ட கட்டுப்பாட்டு மையமொன்று பகுத்தாய்ந்து வாகனம் ஒடுவெதற்குப் பொருத்தமான பிரயாணப் பாதையை வகுத்துக் கொடுக்கிறது. அத்தோடு இனக்காணப்பட்ட சுற்றுச் சூழலுக்கு ஏற்றவாறு வாகனத் தின் திசை, வேகம் என்பவற்றை மாற்ற வும் உரிய இடத்தில் தடைகளைப் (Brakes) பிரயோகிக்கவும் தேவையான நடவடிக்கைகளை இக் கட்டுப்பாட்டு மையமே மேற்கொள்கிறது.

வாகனத்தின் GPS கருவியானது அவ்வாகனத்தின் புவியியல் அமைவினைத் தீர்மானித்து அதைச் சுற்றி யுள்ள தரைமேற்பரப்பின் வரைபடத் தைத் தயாரிக்க உதவுகிறது. வாகனத் தின் வெளிப்புறத்தில் பல்வேறு இடங்களில் பொருத்தப்பட்டுள்ள நுண்ணிய ரேடார் சாதனங்கள் அண்மையிலுள்ள வாகனங்கள் எந்த இடத்தில் இருக்கின்றன, எப்படி இயங்குகின்றன என்ற விடயங்களைக் கண்காணித்துத் தகவல் வழங்கிக்கொண்டே இருக்கும். வழியில் இருக்கும் போக்குவரத்துச் சமிக்ஞை விளக்குகளை இனங்காண வும் அறிவுறுத்தல் பல்கைகளையும் குறியீடுகளையும் வாசித்தறிவதற்கும் அடுத்த வாகனங்களின் அசைவுகளை அவதானிக்கவும் வீடியோக் கமராக்கள் உதவுகின்றன. அத்தோடு பாதையில் நடமாடுவார்களையும் ஏனைய தடைகளையும் அவதானித்து அவை தகவல் வழங்குகின்றன.

அதே வேளை, பாதையின் ஓரங்கள், பாதை ஒழுங்கைகளைக் குறிக்கும் கோடுகள் முதலியவற்றை அவதானிப் பதற்கு வாகனத்தைச் சுற்றிப் பொருத்தப்பட்டுள்ள லிடார் சென்சர்கள் (LiDAR sensors) உதவுகின்றன. மேலும் வாகனத்தின் சக்கரங்களில் பொருத்தப்பட்டுள்ள கழியோவி சென்சர்கள் (Ultrasonic sensors) நடைபாதையின் விளிம்புகள், பாதையோரத்தில் நிறுத்தப்பட்டுள்ள வாகனங்கள் முதலிய வற்றைக் கண்டறிய உதவுகின்றன.

இறுதியில் பல்வேறு சென்சர்களி
விருந்தும் பெறப்படும் தரவுகள் மத்
திய கம்பியூட்டரினால் பகுப்பாய்வு
செய்யப்பட்டு அதன் அடிப்படையில்
வாகனத்தைத் திருப்புதல், அதன் வேகத்
தை அதிகரித்தல் அல்லது குறைத்தல்,
தடைகளைப் பிரயோசித்தல் போன்ற
வற்றுக்குரிய கட்டளைகள் பிறப்பிக்
கப்படுகின்றன. இச்செயற்பாடுகள்
யாவும் உடனுக்குடன் தாமதமின்றித்
தொடர்ச்சியாக நிகழ்கின்றன.

SAE International என்ற சர்வதேச மோட்டார்வாகனப் பொறியிலாளர் சங்கம் 2014ம் ஆண்டு வெளியிட்டுள்ள பாகுபாட்டு முறையின்படி சுயாதீன மாக இயங்கும் வாகனங்களைப் பின் வரும் 6 மட்டங்களாகப் பாகுபடுத் தலாம்:

மட்டம்-0: சுயாதீனச் செயன்முறை வாகனத்தின் இயக்கத்தைக் கட்டுப் படுத்தாது. ஆனால் உரிய சந்தர்ப்பங்களில் சார்திக்கு எச்சரிக்கைகளை வழங்கும்.

மட்டம்-1: எந்த நேரத்திலும் வாகனத்தின் கட்டுப்பாட்டைத் தன் கையிலெடுக்கச் சார்தி தயாராக இருக்க வேண்டும். இவ்வாறான வாகனங்களில் பிரயாண வேகத்தைக் கட்டுப்படுத்தல், சுயாதீனமான சக்கான் இயக்கத்தின் மூலம் வாகனத்தை பார்க்கின் செய்தல், ஒழுங்கையொன்றைத் தொடர்ச்சியாகப் பின்பற்றல் போன்றவை சுயாதீன மாக நிகழ்வாம்.

மட்டம்-2: சுயாதீனச் செயன்முறையானது வேகக் கட்டுப்பாட்டையும், திருப்புதலையும், பிரேக் பிடிப்பதையும் மேற்கொள்ளும். ஆனால் பாதையில் உள்ள பொருட்களையும் தடைகளையும் கண்டறிய சுயாதீனச் செயன்முறை தவறும் பட்சத்தில் சார்தி அந்தப்

பொறுப்பை ஏற்கத் தயாராக இருக்க வேண்டும்.

மட்டம்-3: அதிவேக நெடுஞ்சாலைகள் போன்ற பரிச்சயமான குழல் களில் சார்தியின் கவனம் தேவைப்பட மாட்டாது.

மட்டம்-4: மோசமான காலநிலை போன்ற அசாதாரண சந்தர்ப்பங்கள் தவிர்ந்த மற்றெல்லா நிலைமைகளி லும் வாகனம் முற்றாகச் சுயாதீனமாக இயங்கும். இடையில் வாகனத்தின் இயக்கத்தைச் சார்தி பொறுப்பேற நால் சுயாதீனச் செயன்முறை தானாக ஒதுங்கிக்கொள்ளும்.

மட்டம்-5: போய்ச் சேர வேண்டிய இடத்தை நிர்ணயித்து வாகனத்தை ஸ்டார்ட் செய்து விடுவதைத் தவிர வேறு எந்தச் சந்தர்ப்பத்திலும் மனிதத் தலையிடு தேவைப்படாது.

தற்போதைய சார்தியற்ற வாகனங்கள் 4ம் 5ம் மட்டங்களை அடைந் திருக்கின்றன. எனினும் வைசென்ஸ் பெற்ற சார்தி ஒருவர் செலுத்தும் ஆச எத்தில் இருக்க வேண்டும் என்பது பல நாடுகளில் கட்டாயமான விதியாக இருக்கிறது.

பெரும்பாலான வாகன விபத்துக்கள் மனிதர் விடும் தவறுகள் காரணமாகவே நிகழ்கின்றன. போக்குவரத்து விதிமுறைகளைப் பின்பற்றுவதிலும் பாதையிலுள்ள சமிக்ஞங்கள் அறி வறுத்தல்கள் முதலியவற்றை அனுசரிப்பதிலும் பல சார்திகள் அசிரத்தை காட்டுகின்றனர். ஆனால் கம்பியூட்டர் கட்டுப்பாட்டில் இயங்கும் வாகனங்கள் ஒருபோதும் அப்படியான தவறுகளைச் செய்ய மாட்டா. எனவே சுயாதீனமாக இயங்கும் வாகனங்கள் பரவலான பயன்பாட்டுக்கு வந்தால் வாகன விபத்துக்கள் பெருமளவு குறையும் என எதிர்பார்க்கலாம்.

எனினும் தருணத்திற்கு ஏற்றவாறு விவேகமான முடிவுகளைத் திட்டமிருந்து எடுப்பதில் மனிதருக்கு இருக்கும் ஆற்றலை செயற்கை நுண்ணறிவைக் கொண்டுள்ள இவ்வாறான இலக்ட்ரோனிக் சாதனங்களால் இன்னும் முழுமையாகப் பெற்றுக் கொள்ள முடியாமல் இருக்கிறது என்பதும் கவனிக்கப்பட வேண்டும். எதிர்பாராத முறையில் சுடுதியாகப் பாதையில் குறுக்காகப் பாயும் ஒரு பிள்ளையைக் காப்பாற்றுவதற்காக ஒருவர் தனது வாகனத்தை மறு பக்கம் திருப்பி ஒரு சுவரிலோ மரத் திலோ மோதவைக்கத் துணியலாம். ஆனால் அப்படியான மனிதாபிமானம் மிகக் முடிவுகளை ஒரு கம்பியூட்டர் எடுக்குமா என்பது சந்தேகமே சாரதியில்லா வாகனங்கள் சில ஏற்கனவே விபத்துகளுக்கு உள்ளாகியிருக்கின்றன. இத்தொழில் நுட்பமானது இன்னும் பூரணத்துவம் அடையவில்லை என்பதையே இது காட்டுகிறது.

சாரதியில்லா வாகனங்கள் உபயோகத்துக்கு வந்தால் நகர்ப் புறங்களில் வாகனங்களை நிறுத்தி வைப்பதில் நிலவும் நெருக்கடி நிலைமை நீங்கும் என எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. பிரயாணிகள் உரிய இடங்களில் இறங்கிக்கொண்டு வாகனத்தை நகருக்கு வெளியே அனுப்பி இடவசதியுள்ள இடமொன்றில் கயமாகத் தரித்திருக்கச் செய்யலாம். மீண்டும் தேவைப்படும் நேரத்தில் ரிமோட் கண்ட்ரோல் முறையில் வாகனத்தை இயங்கச் செய்து தருவித்துக்கொள்ளலாம். மேலும், உடல் ஊனமுற்றோர், முதியவர்கள் முதலியோரைப் பொறுத்தமட்டிலும் கூட சாரதியற்ற கார்கள் பெரிய வரப்பிரசாதமாக அமையலாம்.

இவ்வாகனங்களின் இயக்கம் முற்று முழுதாக கம்பியூட்டரின் கட்டுப்பாட்டில் இருப்பதனால் சைபர் குற்றவாளிகள் (Cyber criminals) இக்கம்பியூட்டர்களைத் தம் கட்டுப்பாட்டின் கீழ் எடுத்து அவற்றின் செயற்பாட்டைச் சீர்க்குவைத்துப் பாரிய பிரச்சினைகளையும் விபத்துக்களையும் ஏற்படுத்தக் கூடிய ஆபத்தும் இருக்கிறது. அத்துடன், சுயாதீனமாக இயங்கும் வாகனங்களின் செயற்பாட்டைக் குழப்புவதற்காகப் பாதசாரிகளும் ஏனைய வாகனச் சாரதிகளும் பாதையில் குறும்பு பண்ணக்கூடிய வாய்ப்புக்களும் அதிகம் உண்டு. இதனால் தற்போது பரீட்சார்த்தமாக ஒடும் சுயாதீன வாகனங்கள் பலவற்றில் அவற்றை இனங்காட்டக்கூடிய அடையாளங்கள் நீக்கப்பட்டுள்ளன.

சுயாதீனமாக இயங்கக்கூடிய வாகனங்கள் முதன்முதலாக 1980களில் பரீட்சார்த்தமாக உருவாக்கப்பட்டன. அமெரிக்காவில் Carnegie Mellon பல்கலைக் கழகத்தைச் சேர்ந்தவர்கள் 1984இலும் ஜெர்மனியில் மெர்ஸிடிஸ்-பென்ஸ் கம்பனியினரும் மியூனிக் நகர் Bundeswehr பல்கலைக் கழகமும் இணைந்து 1987இலும் இவ்வகையான பரீட்சார்த்த வாகனங்களை உருவாக்கியது கவனிக்கத் தக்கது. தற்போது Tesla, Google, General Motors, Audi போன்ற பல கம்பனிகள் சாரதியில்லா வாகனங்களை உருவாக்குவதில் ஈடுபட்டுவருகின்றன. இன்னும் ஓரிரு வருடங்களில் இவ்வாகனங்கள் பரவலாகச் சந்தைக்கு வந்துவிடும் என எதிர்பார்க்கலாம். உலகின் பல்வேறு பகுதிகளில் சாரதியில்லா வாகனங்கள் ஏற்கனவே பயன்பாட்டுக்கு வந்தும் இருக்கின்றன. ★

இலங்கையில்

மோட்டார் வாகன வரலாறு

(History of Automobiles in Sri Lanka)

இருபதாம் நூற்றாண்டின் ஆரம் பத்தில் இலங்கையில் மோட்டார் வாகனங்கள் அறிமுகமாயின. அவற்றின் வரவு நாட்டில் புதியதொரு சகாப்தத் தைத் தோற்றுவித்தது. போக்குவரத் துத் துறையில் மட்டுமன்றி சமூக, பொருளாதார மட்டங்களிலும் அது பாரிய மாற்றங்களை ஏற்படுத்தியது. அதுவரை ஒன்றோடொன்று தொடர் பற்றுத் தனித்துப் போயிருந்த கிராமப் பகுதிகள் நகரங்களோடு தொடர்புற்று முன்னேறுவதற்கு மோட்டார் வாகனங்களின் அறிமுகம் வழிவகுத்தது.

இலங்கையின் முதலாவது மோட்டார் கார் 1902 பெப்ரவரியில் இறக்கு மதி செய்யப்பட்டது. கொதிநீராவியினால் இயங்கிய அக்கார் இரண்டு ஆசனங்களையும் நீண்ட தடி போன்ற சுக்காணையும் கொண்டிருந்தது. நீரைக் கொதிக்கச் செய்வதற்கு எரிபொருளாக மண்ணெண்ணையே பயன்படுத்தப்பட்டது. E.G. Money என்ற ஆங்கி லேயரே இதனைத் தருவித்துப் பயன்படுத்தினார். அது மணிக்கு 32 km வரையான வேகத்தில் ஓடக் கூடியதாக இருந்தது. எனினும் 1902 மே 2ம் திங்கதி அது நுவரெலியாவைச் சென்றடை வதற்கு ஒன்றை நாட்கள் பிடித்தது.

பெட்ரோல் உட்டகன என்றினைக் கொண்ட முதலாவது கார் 1905 மே 2ம் திங்கதி Cecil Gnapp என்ற ஆங்கிலேயரால் இறக்குமதி செய்யப்பட்டது. அமெரிக்காவிலே தயாரிக்கப்பட்ட Oldsmobile என்ற பெயருடைய அந்தக்

கார் 5 பரிவலு (Horse Power) கொண்டது. ஒரு மோட்டார் காருக்கு உரிமையாளரான முதலாவது இலங்கையர் என்ற பெருமை மொரட்டுவையில் வாழ்ந்த E.L.F. de Zoysa என்பவரையே காரும். கார் ஒன்றைச் செலுத்திய முதலாவது இலங்கையரும் அவரே. கார் ஒட்டிய முதலாவது இலங்கைப் பெண் என்ற பெருமையை அவரது மனைவி பெற்றுக் கொண்டார். தனி சிலின்டர் என்ஜினைக் கொண்ட அவரது Oldsmobile காருக்கு கறுப்பும் நீலமும் பூசப் பட்டிருந்தது. அதனைக் கொழும்பு துறைமுகத்திலிருந்து மொரட்டுவை அவர் செலுத்தி வந்தபோது அந்த “இயந்திரக் குதிரையைப்” பார்ப்பதற்காக ஆயிரக்கணக்கான மக்கள் பாதை நெடுகே திரண்டிருந்தனர்.

அக்காலத்தில் கட்டாக்காலி நாய் கள் மோட்டார் வாகனப் போக்குவரத் துக்குப் பெரும் இடையூறு விளைவித்தன. மோட்டார் வண்டியின் புகைக்குக்கும் ஓசையைக் கேட்டு அவை வண்டியைச் சுற்றித் திரண்டு குரைக்கத் தொடங்கின. திரு Zoysa தனது காரை செலுத்திய வேளைகளில் நாய்களைத் துரத்துவதற்காக வாணை நோக்கித் துப்பாக்கியால் கட்டுக்கொண்டே முன்செல்ல வேண்டியிருந்தது.

முதலாவது மோட்டார் சைக்கிள் 1903 ஜூவரி 2ம் திங்கதி இங்கு வந்து சேர்ந்தது. C.Hahn என்ற ஆங்கிலேயரே நமது நாட்டில் மோட்டார் சைக்கிளை அறிமுகப்படுத்தினார். ஆரம்ப அரும்பு - 44



Oldsmobile கார்

கால மோட்டார் சைக்கிள்கள் பெட்டலைக் காலால் மிதித்தேஸ்டார்ட் செய்யப்பட்டன. என்ஜினிலிருந்து வரும் ஒரு பெஸ்ட் மூலமே பின் சக்கரம் சமூற் றப்பட்டது. அக்காலத்தில் மோட்டார் வண்டிகளில் மின் விளக்குகள் இருக்கவில்லை. அசற்றலீன் வாயுவைப் பயன்படுத்தி ஒளிரும் காபைட் விளக்குகளே இரவில் பயன்படுத்தப்பட்டன. அதே போன்று எச்சரிக்கை செய்வதற்காக றப்பர் பந்தொன்றை அழுகும் கும் போது ஒசை எழுப்பும் ஊது குழல்களே பயன்படுத்தப்பட்டன.

ஆரம்ப காலத்தில் மோட்டார் வாகனங்களைச் செலுத்த டிரைவிங் வைசென்ஸ் பெற வேண்டிய தேவை இருக்கவில்லை. எவரும் தமது சொந்த அனுபவத்தையும் அறிவையும் வைத் தே வாகனங்களைச் செலுத்த வேண்டியிருந்தது. அதே போல், வாகனத்தைப் பதிவு செய்தல், காப்புறுதி செய்தல் போன்றனவும் இருக்கவில்லை. தார் ஊற்றிச் செப்பனிடப்பட்ட பாதை களும் இருக்கவில்லை.

1904ம் ஆண்டு முடிவடையும் போது நாட்டில் மோட்டார் வாகனப் போக்குவரத்து ஓரளவு அதிகரித்திருந்தது. அந்த ஆண்டு நவம்பரில் Automobile Club of Ceylon என்ற மோட்டார் வாகன உரிமையாளர் கழகம் ஆரம்பிக் கப்பட்ட போது அதில் 100 உறுப்பினர்கள் சேர்ந்து கொண்டது குறிப்பிடத்தக்கது.

மோட்டார் வண்டிகள் இலங்கையில் அறிமுகப்படுத்தப்பட்ட காலம் முதலே வாகனங்களுக்கு இலக்கத் தகடுகள் (Number plates) வழங்கப்படலாயின. ஆரம்பத்தில் Q எழுத்தை முன்னால் கொண்ட இலக்கங்கள் வழங்கப்பட்டன. (Q 53 என்ற இலக்கத் தகடுடைய வாகனம் இப்போதும்

பேணப்பட்டு வருகிறது.) பின்னர் A முதல் Z வரையிலான பிரிவுகளாக நாடு பிரிக்கப்பட்டு அதன்படி பதிவு இலக்கங்கள் வழங்கப்பட்டன. (உதாரணமாக A எழுத்து கொழும்பு மாவட்டத்துக்கும் B கருத்துறைக்கும் C கொழும்பு முனிசிப்பல் பகுதிக்கும் வழங்கப்பட்டிருந்தன.)

இரண்டாம் உலகப் போரின் பின்னர் அறிமுகப்படுத்தப்பட்ட புதிய முறையில் CEYLON என்ற பெயரில் உள்ள O தவிர்ந்த எழுத்துக்கள் சோடிகளாக CE, CY, CL, CN, EY, EL, EN என்ற ஒழுங்கில் முதலெழுத்துக்களாகப் பயன்படுத்தப்பட்டுத் தொடர் இலக்கங்கள் வழங்கப்பட்டன.

EN தொடர் முடிவடைந்த பின்னர் 1958இல் இ என்ற சிங்கள எழுத்து முதலெழுத்தாக அறிமுகப்படுத்தப்பட்டது. (இதற்கு எதிராக ஆரம்பப்பட்டங்களும் ஹர்த்தால்களும் தமிழ்ப் பிரதேசங்களில் இடம்பெற்றன. அது ‘ஞீ’ எதிர்ப்புப் போராட்டம்’ என அழைக்கப்பட்டது)

ஆங்கில அரிச்சவடி ஒழுங்கில் எழுத்துக்களை உபயோகித்து தொடரிலக்கம் வழங்கும் முறை 2000ம் ஆண்டு ஆரம்பமாகியது. AA முதல் FZ வரையிலான தொடர்களை ஏற்கனவே பதியப்பட்டிருந்த வாகனங்களுக்காக ஒதுக்கி வைத்துவிட்டுப் புதிய வாகனங்களுக்கு GA இலிருந்தே பதிவிலக்கங்கள் அப்போது வழங்கப்பட்டன. AAA என ஆரம்பிக்கும் மூன்றெழுத்துத் தொடர் 2013ம் ஆண்டு அறிமுகப்படுத்தப்பட்டது. ZZZ 9999 என்னும் இலக்கத்தை அடையும் வரை இதனை இன்னும் 20 வருடங்களுக்குப் பயன்படுத்தலாம் என எதிர்பார்க்கப்படுகிறது ★

யോകർട്ടിന് പയന്കൾ

(Uses of Yoghurt)



அனைவராலும் விரும்பி உண்ணப் படும் யோகர்ட் பல வகைகளிலும் எமது உடலுக்கு நன்மை தரக்கூடியது. நன்மை பயக்கக்கூடிய பற்றிரியங்கள் பலவற்றை உயிர்ப்பு நிலையில் கொண்டிருப்பதே யோகர்ட்டின் சிறப்பியல் பாகும். அதன் சில முக்கியமான பயன்களைக் கீழே தொகுத்துத் தந்திருக்கி மோம்.

1. கொலஸ்ட்ரோலைக் குறைப்ப தற்கு: குருதியில் கொலஸ்ட்ரோல் மட்டும் ஓரளவுக்கு அதிகரித்திருக்கும் நிலையில் LDL என்னும் தீங்கான கொலஸ்ட்ரோலின் அளவைக் குறைப்பதற்கு யோகர்ட் உதவும். எனினும் அது HDL எனும் நல்ல கொலஸ்ட்ரோலை அதிகரிக்கச் செய்யாது.
 2. நிரப்பீடனத் தொகுதியை வலுப் படுத்துவதற்கு: யோகர்ட்டில் உயிர்ப்பு நிலையில் உள்ள பற்றியங்கள் எமது உடலின் நிரப்பீடனத் தொகுதிக்கு வலுவுட்டுகின்றன. இவற்றின் காரணமாக, ஒவ்வாமைத் தாக்கங்களையும் (Allergies) வெரர்ஸ் தொற்றுக்களையும் எதிர்த்து நிற்கக்கூடிய காமா இண்டர் பேரோன்களின் (Gamma Interferons) உற்பத்தி அதிகரிக்கும்.

3. பற்களை வெண்மையாக்கு: சில வாரங்களுக்குத் தொடர்ச்சியாகப் பற்களின் மீது விரலினால் யோகர்ட்டைத் தேய்த்துவந்தால் பற்கள் வெண்மையாகப் பளிச்சிடத் தொடங்கும்.

யோகர்ட்டில் அடங்கியுள்ள பொசு
பரசும் கல்சியமும் இதற்குக் காரணமாக இருக்கலாம்.

4. வெய்யில் கட்ட தோலுக்கு இதம் அளிக்க: கடுமையான வெய்யில் படுவதனால் தோலில் ஏற்படும் ஏரி வையும் நமைச்சலையும் தணிப்பதற்கு யோகர்ட் உதவுகிறது. பாதிப்புற்ற தோலின் மீது யோகர்ட்டின் தடித்த படையொன்றைப் பூசிவிட்டு 20 நிமிடங்களின் பின்னர் குளிரான நீரினால் கழுவிவிட்டால் போதும்.

5. வயிற்றோட்டத்தைத் தணிக்க: நுண்ணுயிர் கொல்லி (Antibiotic) மருந் துகளை உட்கொள்வதன் காரணமாக அழிந்து போகின்ற, உடலில் இயற்கையாக இருக்கவேண்டிய பற்றீரியங்களை மீள விருத்தி செய்வதற்கு யோகர்ட் உதவுகின்றது. பிள்ளைகளில் நுண்ணுயிர்கொல்லி மருந்துகள் காரணமாகப் ஏற்படும் வயிற்றோட்டத்தைக் குணப்படுத்தவும் தொடர்ச்சியான வயிற்றுப்போக்கினால் பாதிக்கப்பட்டுள்ள பிள்ளைகளுக்கு பால் மாவுக்குப் பதிலாகவும் யோகர்ட்டை வழங்கலாம்.

6. தோலைத் தேய்த்துச் சுத்தப்படுத் துவதற்கு: கை கால்களையோ முழு உடம்பையுமோ சரண்டித் தேய்த்துச் சுத்தம் செய்வதற்கு யோகர்ட்டைப் பயன்படுத்தலாம். ஓட்ஸ் (Oats) அல் லது அவல் போன்ற ஒன்றை யோகர்ட்டுடன் நன்றாகக் கலந்து தோலின் மீது அமுத்தித் தேய்த்து மஸாஜ் செய்து விட்டு மென்குடான் நீரினால் கழுவி விட்டால் தோலின் உலர்ந்த தன்மை நீங்கி அது மென்மையடையும்.

7. தலை முடியை நேர்த்தியாக்கும் மன்றத்தையின் தோலுக்கும் யோகாக்ட் மிக உகந்ததுஅது தலை

முடியை மிருதுவாக்கி பட்டுப்போல் மினிரச் செய்வதோடு மயிர் கொட்டு வதையும் குறைக்கும். அத்தோடு தலை மயிர்களின் நுணி பிளவுபடுவதையும் தவிர்க்கும். மண்ணடையின் தோலில் ஏற்படும் அழற்சிகளையும் (Inflammation) அது தணிக்கும்.

8. வாய்ப் புண்ணைக் குணமாக்க: வாயின் உட்பகுதியிலும், உதடுகள், முரசு போன்றவற்றிலும் உண்டாகக் கூடிய வெண்ணிறமான அல்லது மஞ் சல் நிறமான புண்கள் (**Cankers**) அதிக வேதனை தரக்கூடியவை. புண்ணை விரைவில் ஆற்ச செய்யவும் வலியைக் குறைப்பதற்கும் யோகர்ட் உதவும். அதனை உணவுடன் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்; அல்லது நேரடியாகத் தடவலாம்.

9. முகப் பருக்களைத் தவிர்ப்பதற்கு: யோகர்ட்டில் காணப்படும் பற்றீரியா மற்றும் பங்கச் எதிர்ப்புத் தன்மை காரணமாக முகப் பருக்களைத் தவிர்ப்

பதற்கு அதனைப் பயன்படுத்தலாம். முகப்பிரு வரக்கூடிய பகுதிகளில் அதனைப் பூசி 30 நிமிடங்கள் வரை வைத்திருந்துவிட்டு மென்குடான் நீரி னால் கழுவிலிட வேண்டும். யோகர்ட் டில் உள்ள இலற்றிக் அமிலம் (Lactic acid) செத்த தோலைக் கரைத்துவிடக் கூடியது. எனவே முதுமையடையும் போது முகத்தில் தோன்றும் சுருக்கங்களையும் மெல்லிய கோடுகளையும் கவரிக்க யோகர்ட் உதவும்.

10. இலற்றோசு வெல்லம் ஒத்து வரா தவர்களுக்கு: குழந்தைகள் உட்படச் சிலரது உடம்புக்கு பாலில் காணப் படும் இலற்றோசு (Lactose) என்னும் வெல்லம் ஒத்து வருவதில்லை. இப்படி யானவர்கள் பாலையோ, பால்மாக் கரைசலையோ அருந்தினால் வயிற்றுப் போக்கு ஏற்படும். இது Lactose intolerance எனப்படும். இவர்கள் எவ்விதப் பிரச்சினையுமின்றி யோகர்ட்டை உட் கொள்ளலாம். ★

தயிரும் போகர்டும்

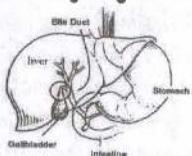
இலங்கையில் ஏருமைப் பாலிலிருந்தே தயிர் தயாரிக்கப்படுகிறது. இதனைச் சிங்களத்தில் மீடிரி என்றும் ஆங்கிலத்தில் Buffalo Curd என்றும் அழைக்கிறோம். பிரபல பால்மாக் கம்பனிகள் சந்தைப் படுத்தும் தயிர் பகுப்பாலிலிருந்தே செய்யப்படுகிறது. இதற்கு ஒலிப்பு கிரி / Curd என்றுதான் பெயரிட்டிருப்பார்கள்.

பக்ப்பாலிலிருந்து தயாரிக்கப்படும் தயிரும் யோகர்ட்டும் பொரும்பாலும் ஒத்த இயல்புடையனவாக இருக்கும். அவற்றின் தயாரிப்பு முறைகள் தான் வேறுபடுகின்றன. பாலுக்கு அசற்றிக் அமிலம், சிற்றிக் அமிலம் போன்ற அமிலமொன்றில் சிறிதளவைச் சேர்த்தால் பால் திரண்டு தயிராகும். எனினும் யோகர்ட் தயாரிப்பின் போது உயிர்ப்பு நிலையிலுள்ள *Streptococcus thermophilus*, *Lactobacillus bulgaricus*. போன்ற பற்றியியா இனங்கள் பயன்படுத்தப்படுகின்றன. யோகர்ட்டின் சிறப்புப் பயன்களுக்கு இந்த பற்றியியா இனங்களே காரணமாக இருக்கின்றன.

சிறிய பிளாஸ்டிக் கோப்பைகளில் அடைத்து விற்கப்படும் சாதாரண யோகர்ட் வகையில் ஜெலற்றின் கலக்கப்படுவதால் அது கெட்டியாகக் காணப்படுகிறது. அதில் இனிப்பும் சிறிது சேர்க்கப்பட்டிருக்கலாம். Stirred Yoghurt என்ற பெயரில் விற்கப்படும் கெட்டுத் தன்மை குறைந்த யோகர்ட் அதை விட நல்லது.

பித்தப் பையில் கற்கள்

- ஓர் அனுபவம்



ஒரு நாள் நான் இரவில் நித்திரை கொள்ள முயன்றபோது வயிற்றின் வலது புறத்தில் மார்புக் கூட்டுக்கு அண்மையில் கடுமையான வலி தோன்றியது. ஒர் அசௌக்கர்ய உணர்வு போல ஆரம்பித்த வலி படிப்படியாக உக்கிரமடைந்து தாங்க முடியாததாக மாறியது. வழுமையாக வயிற்றுவலிக்குச் செய்யும் கைமருந்துகளோ வலிநிவாரணி மாத்திரைகளோ எவ்விதப் பயணையும் தரவில்ல. வாயுப் பிரச்சினையோ என வெந்தீர்ப் பையினால் ஒத்தடமும் கொடுத்துப் பார்த்தேன். ஊறும்! வலி கொஞ்சம் கூடத்தனியில்லை. விடியும் போதுதான் வலி குறைந்து நிவாரணம் கிடைத்தது. அத்தோடு அதனை மறந்துவிட்டேன்.

சில மாதங்களின் பின்னர் மீண்டும் அதே இடத்தில் அதே வலி தோன்றி இரவு முழுவதும் கடுமையாகத் துன் புறுத்திவிட்டு மறைந்தது. மூன்றாவது தடவையாகவும் அதே வலி வந்தபோது என் மூளையில் ஏச்சரிக்கை மணி ஒலிக்கத் தொடங்கியது. மறு நாள் வயிற்றுப் பகுதியை Scan செய்து பார்த்தபோது எனது பித்தப் பையில் கற்கள் உருவாகியிருப்பது தெரியவந்தது. 13mm, 11mm ஆகிய பருமன் களில் இரு கற்களும் அதைவிடச் சிறியவை பலவும் இருப்பதாக வைத்தியர் சொன்னார். உடனடியாகச் சத்திர சிகிச்சை செய்து கொள்ள வேண்டிய வரும் என்றார் அவர்.

சத்திர சிகிச்சை செய்யாமல் கற்களை வெளியேற்ற மாற்று வழி இருக்கிறதா என இண்டர்நெட்டில் தேடப்பார்த்தேன். ஒலிவ் எண்ணெய்யில் எலுமிச்சம் சாறைக் கலந்து குடித்து வந்தால் கற்கள் தானாகவே வெளியேறவிடும் என்று பல வெப்தளங்கள் எழுதியிருந்தன. அது பற்றிய மாற்றுக்கருத்துக்களும் இருந்தனால் நான் அதனை அனுசரிக்கவில்லை. பித்தப் பைக் கற்களைக் கரைப்பதற்கு ஹோமீயோபதி சிகிச்சை இருப்பதாகச் சிலர் சொன்னதால் தகுதியும் அனுபவமும் மிக்க ஹோமீயோபதி வைத்தியர் ஒரு வரை நாடினேன். ‘பித்தப்பைக் கற்களில் இரு வகைகள் உண்டு. ஒரு வகையைக் கரைக்கலாம். மற்றதை முடியாது’ என்று கூறிய வைத்தியர், ஒரு மாதகாலம் பாவிப்பதற்கு நான்கு வகையான மருந்துகளைத் தந்தார்.

ஒரு மாதம் அவற்றை உட்கொண்ட பின்னர் மீண்டும் Scan செய்து பார்த்தேன். பெரிய கற்கள் இரண்டினதும் பருமன் முறையே 8mm, 5mm ஆகக் குறைந்திருப்பதைக் கண்டு பூரித்துப் போனேன். எனவே அதே நான்கு மருந்துகளையும் தருவித்து இன்னொரு மாதம் பயன்படுத்தினேன். அதன் பின் னர் வைத்தியரிடம் போகத் துணியா மல், இனிமேல் தொந்தரவு இருக்காது என்ற நம்பிக்கையில் வாழ்க்கையைத் தொடர்ந்தேன்.

சில மாதங்கள் கழிந்த பின்னர் ஒரு நாள் இரவில் மீண்டும் அதே இடத்தில் கடுமையான வலி தொடங்கியது.. அது எந்தப் பரிகாரத்துக்கும் அடங்குவதாகத் தெரியவில்லை. உட்கொண்ட மருந்துகள் வாந்தியாக வெளியேறின. விடியும் வரை அந்த வேதனை நீடித்தது. அதிகாலையிலேயே ஊனிலுள்ள வைத்தியரிடம் கொண்டுசெல்லப்பட்ட

டேன். வைத்தியசாலையில் அனுமதி பெற்று ஒரு சத்திர சிகிச்சை நிபுணரை சந்திப்பதே நல்லது என அவர் ஆலோ சனை சொன்னார். எனவே உடனடியாக களுத்துறையில் உள்ள ஒரு தனியார் மருத்துவமனையில் அனுமதி பெற்றேன். அவர்கள் தந்த சிகிச்சை வளியை ஓரளவு தனித்தது. என்னைச் சோதித்த சத்திர சிகிச்சை நிபுணர் மஹாணாம குணத்திலக்க “மது பித் தப்பையில் அழற்சி ஏற்பட்டுள்ளது. உடனடியாக பித்தப்பையை வெட்டி நீக்குவதே உகந்தது. அதிலிருந்து பித் தச்சாறு வெளியே கசியத் தொடங்கினால் உமது நிலைமை பாரதூரமாகி விடும்” என்று சொன்னார்.

வயிற்றை வெட்டித் திறக்காமலே நான்கு சிறிய துளைகளை மாத்திரம் ஏற்படுத்தி அவற்றினுடோகக் கருவி களைச் செலுத்திப் பித்தப் பையைத் துண்ட்த்து வெளியே எடுக்கும் Laparoscopic Cholecystectomy என்ற முறையில் எனது சத்திர சிகிச்சையைச் செய்யலாம் என விளக்கினார் வைத்தியர். ஆலோசித்து முடிவு சொல்வதாகக் கூறிவிட்டு வீட்டுக்கு வந்து அந்த சத்திரசிகிச்சை செய்யப்படும் முறை பற்றித் தகவல் தேடலானேன்.

பித்தம் ஈரவினாலேயே சுரக்கப்படுகிறது. அதனைச் சேமித்து வைக்கும் அங்கமாகவே பித்தப்பை இருக்கிறது. எனவே பித்தப்பையை அகற்றி விடுவதால் பெரிய பாதிப்புக்கள் ஏற்படுவதில்லை. பித்தச் சாறு நேரடியாகவே ஈரவிலிருந்து பொதுப் பித்தக்கானினுடோக (Common Bile Duct or CDB) முன்சிறுகுடலை அடையும். சம்பிரதாய முறைப்படி அந்தச் சிகிச்சையைச் செய்வதானால் சுமார் 6 அங்குல நீளத்துக்கு வயிற்றை வெட்டித்திறந்து பித்தப்பை வெட்டி நீக்கப் படும் - 44

படும். பித்தக் கானும் பித்தப்பை நாடி யும் முதலில் உலோகக் கவ்விகளால் நெரித்து அடைக்கப்பட்ட பின்னரே இந்தத் துண்டிப்பு செய்யப்படும். சத்திர சிகிச்சையின் பின்னர் வெட்டுக் காயம் ஆறுவதற்கு 6 வாரங்கள் வரை பிடிக்கலாம். எனவே நோயாளி நீண்டகாலம் ஓய்வாக இருக்க நேரிடுகிறது.

Laparoscopy முறையில், தொப்புள் குழிக்குள்ளும் அதற்குச் சிறிது மேலே யுமாக ஒவ்வொன்றும் 15mm நீள முள்ள வெட்டுக்கள் போடப்பட்டு வயிற்றுச் சுவர் துளைக்கப்படும். அவற்றுக்கு வலப்பக்கமாக 5 mm நீளமுள்ள மேலும் இரு துளைகள் போடப்படும். முதலில் தொப்புள் துளையினுடோக 15mm Hg அமுக்கத்தில் காபனீரோட் சைட்டு வாயுவினால் வயிற்றை நிரப்பப்படும். வயிற்றை ஊதச்செய்து அதனுள்ளே இருக்கும் உறுப்புக்களுக்கிடையில் இடைவெளியை அதிகரிக்கச் செய்வதே இதன் நோக்கம்.

பின்னர் தொப்புள் துளையினுள் உலோகக் குழாயொன்று செலுத்தப்பட்டு அதனுடோக தொலைநோக்கி போன்று உருப்பெரிதாக்கிக் காட்டும் நுண்ணிய வீடியோ கமராவொன்று வயிற்றறையினுள்ளே அனுப்பப்படும். வயிற்றறையினுள் ஒளியைப் பாய்ச்சு வதற்காக விளக்கொன்றும் அதனோடு இணைக்கப்பட்டிருக்கும். ஏனைய மூன்று துளைகளும் சத்திர சிகிச்சைக்குத் தேவையான கருவிகளை உள்ளே செலுத்துவற்கு உபயோகிக்கப்படும். சத்திர சிகிச்சை நிபுணர் வயிற்றறையின் உட்பகுதியை வீடியோத்திரையொன்றில் பார்த்தவாறு செயற்படத் தொடங்குவார். ஈரலுடன் இணைந்துள்ள பித்தப்பையை பல்வேறு சிக்கலான செயல்முறைகளின் மூலம் மெதுவாக வேறாக்கி எடுத்து அதன் கானுக்கு

கும் அதற்குக் குருதி வழங்கும் நாடிக் கும் இவ்விரண்டு உலோகக் கவ்வி களைப் (Clips) பொருத்துவார். பின்னர் கவ்விகள் இரண்டுக்கும் இடையில் அக்கழைய்களைத் துண்டிப்பார்.

இறுதியாக வீடியோக் கமராவை அடுத்த பெரிய துளைக்கு மாற்றிக் கொண்டு வைத்தியர் தொப்புள் துளையினுடாக உறையொன்றை உள்ளே இருக்குவார். துண்டிக்கப்படும் பித்தப்பை இவ்வுறைக்குள் தள்ளப்பட்டு வெளியே எடுக்கப்படும். கருவிகள் வெளியே எடுக்கப்பட்ட பின்னர் துளைகள் யாவும் தையலிட்டு மூடப்படும். இந்தச் செயன்முறையின் போது பொதுப் பித்தக்கான் (CBD) சேதம் அடையாமற் பாதுகாப்பது முக்கியமானது. அத்தோடு கவ்வி சரியாகப் பொருத்தப்படத் தவறுவதனால் பித்தம் கசிவலடையும் அபத்தும் இருக்கும். இடையில் ஏதாவது தடைகள் ஏற்பட்டால் உடனடியாக வயிற்றை வெட்டித்திறந்து செயன்முறையைப் பூர்த்தி செய்யவேண்டி வரும் என்ற எச்சரிக்கையும் இருந்தது.

எனினும் என்ன நடக்கப் போகிறது என்பதை விவரமாகத் தெரிந்து கொண்ட பின்னர் சத்திர சிகிச்சைக்கு முகங்கொடுக்க நான் தயாராகிவிட்டேன். இரண்டு நாட்களின் பின்னர் அதே தனியார் மருத்துவமனையில் அதற்காக அனுமதிக்கப்பட்டேன். பல மணித்தியாலங்கள் உண்ணாமலும் குடிக்காமலும் இருந்த பின்னர் அன்றிரவு சத்திர சிகிச்சைக்காக அழைத்துச் செல்லப்பட்டேன்.

என்னைச் சுற்றி வைத்தியர்களும் தாதிகளுமாகப் பலர் இருந்தனர். சத்திர சிகிச்சைக்குரிய மேசையின் மீது கிடந்தவாறே வைத்தியரிடம் பல கேள்விகளைக் கேட்டுக்கொண்டிருந்தேன். அவரும் சளைக்காமல் பதில் சொல்லிக்கொண்டே ஆரம்பத் தயார் படுத்தலில் ஈடுபட்டிருந்தார். நான் வாசித்து அறிந்துகொண்ட முறையில் தானா அவரும் சத்திரசிகிச்சையைச் செய்யப் போகிறார் என்பதைத் தெளிவுபடுத்திக் கொள்வதே எனது கேள்வி களின் நோக்கமாக இருந்தது. சிறிது நேரத்தின் பின்னர் எனது தலைமாட்டுப் பக்கம் நின்ற உணர்வு நீக்கும் மருத்துவர் ஏதோ கவசமொன்றை என்முகத்தின் மீது போட்டு மூடினார். ஆழமாக மூச்செடுக்குமாறு என்னைப் பணித்தார். சில நொடிகளில் நான் உணர்வற்றுப் போனேன்.

எனக்கு உணர்வு வந்த போது நான் ICUவில் இருப்பதை உணர்ந்தேன். என்னைச் சுற்றி வைத்தியர் மஹானாம அவர்களும் தாதியர் சிலரும் நிற்பது மங்கலாகத் தெரிந்தது. வைத்தியர் என்னிடம் ஏதோ கேட்டுக் கொண்டிருந்தார். என்ன கேட்கிறார் என்பது புரியாத பாதி மயக்க நிலையில் இருந்தேன். சிறிது நேரத்தின் பின்னர் “எப்படி இருக்கிறீர்?” என வைத்தியர் ஆங்கிலத்தில் கேட்பது புரிந்தது. “நன்றாக இருக்கிறேன்” என்று பதில் கூறிவிட்டு “எனது CBDக்கு சேதம் ஏற்படவில்லையே?” என்று கேட்டேன். “இல்லை. அப்படி ஒரு பிரச்சினையும் இல்லை” என்றார் அவர். எங்கள் உரையாடலைக் கேட்டுக் கொண்டிருந்த பிரதம தாதி தனது சகொக்களிடம் “இந்த மனுஷனுக்கு எல்லாமே தெரியும். எல்லாம் என்றால் எல்லாமே தெரியும்” என்று கூறுவது என் செவிகளில் விழுந்தது.

சிறிது நேரத்தின் பின்னர் எனது மனைவியும் சகோதரர்களும் என்னை வந்து பார்த்தனர். “ஒன்றரை மனி நேரம் பிடிக்கும் என்று சொன்ன ஓப்ரேஷன் 3 மணித்தியாலங்களுக்கு மேல்

நீடித்ததைக் கண்டு நாங்கள் நன்றாகப் பயந்து விட்டோம்.” என்றார் ஒருவர்.

அன்று மாலையில் நான் எனது அறைக்கு மாற்றப்பட்டேன். வயிற்றுக் குழிக்குள் சேர்ந்திருக்கக்கூடிய இரத்தத்தையும் ஏனைய திரவங்களையும் வெளியே வடியச் செய்வதற்காக ஒரு குழாய் பொருத்தப்பட்டிருந்தது. அது மறு நாள் நீக்கப்பட்டது. சத்திர சிகிச்சையைத் தொடர்ந்து காய்ச்சல் வந்தால் தொற்று ஏற்பட்டிருக்கிறது என்பதையே குறிக்கும். அதே போல் கண்களிலும் தோலிலும் மஞ்சள் நிறம் தோன்றினால் பித்தச் சாறு சிகிறது என்பதைக் காட்டும். எனவே என்னை தொடர்ச்சியாகக் கூர்ந்து அவதானித்துக் கொண்டிருந்தார்கள். இறைவனருளால் எனக்கு அப்படியான பிரச்சினைகள் எதுவும் ஏற்படவில்லை. வைத் தியருக்கும் இது பெரிய திருப்தியை வழங்கியது.

மறுநாள் வைத்தியர் மஹானாம வந்து என் பக்கத்தில் அமர்ந்து அதிக நேரம் பேசிக் கொண்டிருந்தார். “நாங்கள் செய்கிற வேலையை மக்கள் கடும் உழைப்பாகக் கருதுவதில்லை. ஏதோ சும்மா மருந்து எழுதிக் கொடுத்துச் சம்பாதிப்பதாக நினைக்கிறார்கள். உங்கள் பித்தப்பையை வெட்டி நீக்குவதற்கு நான் எவ்வளவு கஷ்டப்பட்டேன் தெரியுமா? கமரா லென்ஸில் ஒரு துளி இரத்தம் பட்டாலே ஒன்றும் புலப்படாமல் போயிருக்கும். சுற்றியுள்ள இரத்தக் குழாய்களும் ஈரலும் சேதமடையாமல் அதைச் செய்வது

எனது பித்தப்பையில் இருந்த கற்கள்



எவ்வளவு கஷ்டமானது என்பதைச் சொல்லி விளக்க முடியாது. அதுவும் நேரடியாகப் பார்க்காமல் திரையில் பார்த்தவாறு செய்வதை நினைத்துப் பாருங்கள். போதாக் குறைக்கு அடிக்கடி ஏற்பட்ட அழற்சியினால் உங்களது பித்தக்கானின் கவர் பழந்துணிமாதிரி தூர்ந்து போயிருந்தது. அதில் உகந்த இடமொன்றைத் தேடிக் கவனி களைப் பொருத்துவதற்குள் நான் களைத்தே போய்விட்டேன். எனவே இடையில் 20 நிமிடங்கள் நான் ஓய்வு எடுக்க நேர்ந்தது. எனது அனுபவம் தான் எனக்கு இதில் கை கொடுத்தது” என்றார்.

மேலும் இரண்டு நாட்கள் அவதானித்த பின்னர் பிரச்சினைகள் எதுவும் தோன்றாததால் என்னை வீடு செல்ல அனுமதித்தார் வைத்தியர். ஒரு வாரத்தின் பின்னர் சென்று அவரைக் கொண்டேதையல்லிழைகளை வெட்டி நீக்கிக் கொண்டேன். அதன் பிறகு அந்தத் துண்புறுத்தும் வளி வரவேயில்லை. பித்தப்பை இல்லையே என்று ஏதும் குறை விளங்கவுமில்லை. ★

பிட்டரின் பிரச்சினை

பிட்டர்: டாக்டர், சொற்ப நேரத்திற்கு முன் என்ன பேசினேன் என்பது எனக்கு நினைவில்லாமல் போகிறதே

டாக்டர்: நீர் கூறுகின்ற இந்தப் பிரச்சினை எவ்வளவு காலமாக இருக்கிறது?

பிட்டர்: எந்தப் பிரச்சினை?



அல்ஜீஸ்ரா



கத்தார் நாட்டின் தோஹா நகரில் தலைமையகத்தைக் கொண்டிருக்கும் 'அல்ஜீஸ்ரா ஊடக வலையமைப்பு' (AlJazeera Media Network) என்ற நிறுவனம் 1996ம் ஆண்டு ஆரம்பிக்கப் பட்டது. கத்தார் நாட்டை அனுகின்ற 'தானி' அரசு குடும்பத்தின் அனுசரணையோடு உருவாக்கப்பட்ட இந்திருவனம் அரபு மொழியில் செய்திகளை யும் சர்வதேச விவகாரங்கள் பற்றிய நிகழ்ச்சிகளை யும் ஒளிபரப்புவதற்காக 'அல்ஜீஸ்ரா' என்ற பெயரில் செய்மதி ஊடான் தொலைக்காட்சிச் சேவையோன்றை 1996 நவம்பர் 1ம் திங்கதி ஆரம்பித்தது.

அரபு மொழியில் அல்ஜீஸ்ரா என்றால் தீபகற்பம் என்று பொருள். அராபிய தீபகற்பத்தைக் குறிக்கும் வகையில் இப்பெயர் தெரிவு செய்யப்பட்டிருக்கலாம். கத்தார் நாட்டின் அப்போதைய அமீர் செய்க் குமாத் பின் கலீபா 500 மில்லியன் கத்தாரி ரியால் களைக் கடனாக வழங்கி அல்ஜீஸ்ரா வை ஆரம்பித்து வைத்தார். அதன் அடையாளச் சின்னத்தையும் அவரே தெரிவு செய்தார். அச்சின்னத்தில் அல்ஜீஸ்ரா என்ற பெயர் அரபு எழுத்தணி முறையில் சித்தரிக்கப்பட்டுள்ளது. அல்ஜீஸ்ரா நிறுவனத்தின் பங்காளர் களாக கத்தார் அரசு குடும்பமும் சில தனிப்பட்ட முதலீட்டாளர்களும் இருக்கின்றனர்.

ஆரம்பிக்கப்பட்ட காலத்தில் தினமும் 6 மணித்தியாளங்களுக்கு மாத திருமே நிகழ்ச்சிகளை ஒளிபரப்பிய

அல்ஜீஸ்ரா 1997இன் இறுதியாகும் போது 12 மணிநேர ஒளிபரப்புக்களை வழங்கலாயிற்று. அது, குழவர்கள் பிரதேசங்களுக்குத் தரைசார்ந்த ஒளி பரப்புக் கோபுரங்களினாடாகத் தன் சேவையை வழங்கியதோடு கேபல் மூலமும் செய்மதி மூலமும் ஒளிபரப்பினை மேற்கொண்டது. ஸலுதி அரே பியாவின் தலைமையில் 21 அரபு நாடுகள் இணைந்து 1985இல் விண்வெளிக்கு அனுப்பிய Arabsat என்ற தகவல் தொடர்புக் செய்மதியே முதன்முதலில் இதற்காகப் பயன்படுத்தப்பட்டது. அல்ஜீஸ்ராவின் 24 மணிநேர ஒளிபரப்புக் சேவை 1999 ஜூன் வரி 1ம் திங்கதி ஆரம்பமாகியது. அக்காலப் பகுதியில் அந்திருவனத்தின் ஊழியர் தொகை 500 வரை அதிகரித்தது மட்டுமன்றி ஜோராப்பிய யூனியன், ரஷ்யா உட்படப்பல பகுதிகளில் அதன் அலுவலகங்களும் செயற்படத் தொடங்கியிருந்தன.

'அபிப்பிராயமும் மற்ற அபிப்பிராயமும்' (The opinion and the Other opinion) என்பதே அல்ஜீஸ்ராவின் கோட்பாட்டு வாக்கியமாக இருந்தது. அரசு கட்டுப்பாட்டிலுள்ள செய்தி ஊடகங்கள் வழங்குகின்ற ஒரு பக்கச் சார்பான செய்திகளையே கேட்டுப் பழகிய அரபு நாடுகளின் பிரஜைகளுக்கு அல்ஜீஸ்ரா ஒரு புதிய அனுபவத்தை வழங்கியது. மாற்றுக் கருத்துக்களைக் கொண்டவர்கள் தம் அபிப்பிராயங்களைத் தெரிவிக்கவும் அது சந்தர்ப்பம் அரும்பு-44

எற்படுத்திக் கொடுத்தது. இதனால் எரிச்சலுற்ற பல அரசாங்கங்கள் அல்ஜீராவுக்கு எதிராக நடவடிக்கை எடுக்க முனைந்தன. ஸலுதி கம்பனிகள் அல்ஜீராவுக்கு விளாம்பரம் வழங்கக் கூடாது என ஒரு சந்தர்ப்பத்தில் ஸலுதி அரசு தடை விதித்திருந்தது அல்ஜீரி யாவில் நிகழ்ந்த அரசியல் படுகொலை கள் பற்றிய நிகழ்ச்சியெயான்றை அல்ஜீரா ஒளிபரப்பிய போது அல்ஜீரிய அரசாங்கம் நாட்டின் பெரும்பாலான பகுதிகளில் மின் வினியோகத்தைத் தடுத்துவிட்ட தும் குறிப்பிடத்தக்கது.

காலப் போக்கில் மத்திய கிழக் கிலூம் வட ஆபிரிக்காவிலும் மக்களால் பெரிதும் விரும்பப்படுகின்ற தொலைக்காட்சிச் செய்திச் சேவையாக அல்ஜீரா மாறியது. 2001 ஜூன் வரியில் அரபு மொழியிலான செய்தி வெப்தளமொன்றையும் அது ஆரம் பித்தது. இச் சேவை இலவசமாகவே வழங்கப்பட்டது. அதே வேளை அல்ஜீராவின் நிகழ்ச்சிகளை ஐக்கிய ராச்சியத்தில் உள்ளவர்களும் பார்ப்பதற்கான வாய்ப்பு British Sky Broadcasting என்ற சேவையினுடாக வழங்கப்பட்டது.

ஆப்கானிஸ்தானில் அமெரிக்கா ஆரம்பித்த தாக்குதல்களின் போது தான் அல்ஜீராவின் முக்கியத்துவத்தை மேற்கூற்றிய செய்தி நிறுவனங்கள் உணர்ந்து கொண்டன. அந்தப் பிரச்சினையின் போது உலாமா பின் லாதனினிதும் தலிபான் இயக்கத் தலைவர் களினதும் உரைகள் பதியப்பட்ட ஒலி நாடாக்களை ஒலிபரப்பும் வாய்ப்பு அல்ஜீராவுக்கு மட்டுமே கிடைத்தது. அதுமட்டுமன்றி அமெரிக்க ஆக்கிரமிப்பின் போது ஆப்கானிஸ்தான் மன்னில் நிலைகொண்டிருந்த ஒரே யோரு சர்வதேசச் செய்தி நிறுவன அரும்பு - 44

மாக அல்ஜீராவே விளங்கியது. எனவே யுத்தத்தின் விளைவுகளை நேரடியாக வீடியோப் படம் பிடித்து ஒளி பரப்பும் வாய்ப்பு அதற்கே கிடைத்தது. அந்தக் காலகட்டத்தில் அல்ஜீரா வின் வீடியோத் துண்டங்களை மேற்கூற்றிய தொலைக்காட்சி நிறுவனங்கள் பெருந்தொகைப் பணத்தைக் கொடுத்துக் கொள்வனவு செய்தன. சில வீடியோக் காட்சிகள் 250,000 டொலர்கள் வரை விலைபோயின.

இதே போன்று சராக்கில் அமெரிக்கா ஆக்கிரமிப்புச் செய்த வேளையிலும் அல்ஜீராவின் செய்திகளும் வீடியோக்களும் உலகின் பல்வேறு தொலைக்காட்சிச் சேவைகளாலும் ஒளிபரப்பப்படலாயின. 2003 ஏப்ரல் 1ம் திகதி அமெரிக்கப் போர் விமான மொன்று அல்ஜீராவின் பக்தாத் அலுவலகத்தின் மீது குண்டு வீசியது. அப்போது தாரிக் ஜூப் என்ற ஊடக வியலாளர் கொல்லப்பட்டார். இந்தத் தாக்குதல் தவறுதலாக நிகழ்ந்துவிட்டது என அமெரிக்கா அறிவித்தது. எனினும் அவ்வாறான தவறு நிகழா மல் தடுக்கும் நோக்குடன் பல மாதங்களுக்கு முன்னரே அந்த அலுவலகத்தின் அமைவிடம் பற்றிய விபரங்களைக் கத்தார் அரசாங்கம் அமெரிக்காவுக்கு வழங்கியிருந்தமை குறிப்பிடத்தக்கது.

வினாயாட்டு நிகழ்ச்சிகளையும் செய்திகளையும் ஒளிபரப்புவதற்கான தனிச் சேவையொன்றை அல்ஜீரா 2003 நவம்பர் 1ம் திகதி ஆரம்பித்தது. இதன் காரணமாகப் பிரதான ஒளிபரப்பில் உலக விவகாரங்களுக்குக் கூடுதலான நேரத்தை ஒதுக்க வாய்ப்புக் கிடைத்தது. அதற்குச் சற்று முன்னர் அல்ஜீராவின் ஆங்கிலச் செய்தி வெப் தளம் ஆரம்பிக்கப்பட்டிருந்தது.

அல்ஜெஸ்ராவின் அமெரிக்க ஒளி பரப்புச் சேவை 2013 ஆகஸ்ட் 20ம் திகதி ஆரம்பமாகியது. அங்குள்ள Fox News போன்ற தொலைக்காட்சி நிறு வளங்கள் அமெரிக்க அரசியல் மற்றும் உள்நாட்டு விவகாரங்களுக்கும் அமெரிக்க நலன்களோடு தொடர்புடைய வெளிநாட்டுச் செய்திகளுக்கும் மாத்திரமே முக்கியத்துவம் கொடுத்து வருகின்றன. இந்நிலையில் அவ்வாறான பாரபட்சம் எதுவுமின்றி சர்வதேச நிகழ்ச்சிகளை உடனுக்குடன் வழங்கிய அல்ஜெஸ்ரா நடுநிலையான சிந்தனைப் போக்குடைய அமெரிக்கர்கள் மத்தியில் விரைவில் பிரபல்யம் அடைந்தது. எனினும், சில பொருளாதார நெருக்கடிகளைக் காரணமாகக் காட்டி இச் சேவை 2016 ஏப்ரல் 12ம் திகதியோடு நிறுத்தப்பட்டுள்ளது.

தற்போது உலகிலுள்ள மிகப் பெரிய, பெருந்தொகையான மக்களின் அபிப்பிராய்க்களை உருவாக்குவதில் செல்வாக்குச் செலுத்த வல்ல செய்தி நிறுவனங்களுள் ஒன்றாக அல்ஜெஸ்ரா திகழ்கிறது. என்பதுக்கும் மேற்பட்ட நாடுகளில் அதன் செய்தி அலுவலகங்கள் செயற்படுகின்றன. துருக்கி நாட்டுக்கான AlJazeera Turk என்ற துருக்கிய மொழிச் சேவையொன்றை

யும் சேர்பியா, பொஸ்னியா போன்ற பால்கன் பிரதேச நாடுகளுக்கான கதேச தொழில் சேவையொன்றையும் அது நடத்துகிறது. கிழக்கு ஆபிரிக்க நாடுகளுக்கான ஸ்வாஹிலி மொழிச் சேவையொன்றும் ஆரம்பிக்கப்பட இருக்கிறது. அதேவேளை JeemTV என்ற பெயரில் சிறுவர்களுக்கான சேவையொன்றும் நடத்தப்படுகிறது.

கத்தார் அரசாங்கத்தின் அரசியல் நோக்கங்களை நிறைவேற்றியும் கருவியாக அல்ஜெஸ்ரா செயற்படுவதாகவும் அது ஷீயாக்களுக்கு எதிராகச் செயற்படுகிறது என்றும் குற்றம் சமத்துபவர் களும் உள்ளனர். அதேபோன்று ஹிஸ்புல்லா, அல்காயிதா போன்ற தீவிர வாதக் குழுக்கள் தம் கருத்துக்களை முன்வைக்க உதவுகிறது, இஸ்லாமியக் கண்ணோட்டத்தை உலக மக்களுக்குத் தினிக்க முயல்கிறது, மேற்கத்திய எதிர்ப்பு மனப்பான்மையை மக்கள் மத்தியில் தூண்டிவிடுகிறது போன்ற குற்றச்சாட்டுக்களையும் மேற்கத்திய ஊடகங்கள் அல்ஜெஸ்ராவின் மீது சமத்தி வருகின்றன. எனினும் மத்திய கிழக்கிலும் ஏனைய நாடுகளிலும் வாழும் மக்கள் அதன் செய்திகளை நம்பிக்கையோடு நாடுகிறார்கள் என்பதை மறுக்க முடியாது. ★

அல்ஜெஸ்ராவுக்குப் போட்டியாக உள்ள சர்வதேச அரபு மொழித் தொலைக்காட்சிச் சேவைகள்

- 1 அல் ஆலம் – (ஸராணிய அரசு) தெஹ்ரான், ஈரான் – 2003 பெப்ரவரி முதல்
2. அல் அரபிய்யா – துருப் – 2003 மார்ச் முதல்
3. அல்ஹார்ரா – (அமெரிக்க அரசு) வேர்ஜீனியா, ஐக்கிய அமெரிக்கா – 2004 பெப்ரவரி
4. ரூஸியா அல் யல்ம் – (ரஷ்ய அரசு) மொஸ்கோ, ரஷ்யா – 2007 மே முதல்
5. யூரோநின்ஸ் அரபு சேவை – பிரான்ஸ் – 2008 ஜூலை முதல்
6. TRT துருக்கிய அரபு சேவை – இஸ்தாஞ்புல், துருக்கி, 2010 ஏப்ரல் முதல்
7. பி.எஸ். அரபு சேவை – (பிரீஸ் உலக சேவை) – 2011 மார்ச் முதல்
8. DW அரபு சேவை – (டொய்ச் வெல்ல) – பெர்லின், ஜெர்மனி – 2011 செப்டம்பர் முதல்
9. அல்மாதீன் – பெய்ரூத்- லெபனான். – 2012 ஜூன் முதல்

புகழ்பெற்ற மலையாள எழுத்தாளர்

வைக்கம் முகம்மது பஷீர்



மலையாள இலக்கிய மரபுகளையும் இலக்கண விதிகளையும் புறக்கணித்து, தனக்கேயுரிய மொழி நடையில் நாவல்களையும் சிறுகதைகளையும் படைத்து மலையாள இலக்கியக்களத்தில் அழியாத தடம் பதித்த ஒரு வர்தான் வைக்கம் முகம்மது பஷீர். அக்காலத்து மலையாள எழுத்தாளர்கள் பயன்படுத்தி வந்த இலக்கணச் சுத்தமான மலையாளத்தில் பஷீர் எழுதவுமில்லை; அவ்வாறு எழுத அவர் அறிந்திருக்கவுமில்லை. கேரளாவின் கோழிக்கோடு பிரதேசத்தில் வாழ்ந்த மலையாளி முஸ்லிம்களால் பேசப்பட்டு வந்த ‘மாப்பிள் மலையாளம்’ என்னும் மொழி வடிவத்தைத்தான் அவர் பயன்படுத்தினார். இன்னொரு வகையில் சொல்வதானால், அவரது கதாபாத்திரங்கள் பேசுகின்ற இயல்பான பேச்சு மொழியில்தான் அவர்கதை எழுதினார்.

பஷீர் 1908 ஜூவரி 19ம் திகதி கேரளாவின் கோட்டயம் மாவட்டத்தில் உள்ள தலயோலப்பரம்பு என்னும் கிராமத்தில் பிறந்தார். உள்ளூர் மலையாளப் பள்ளிக்கூடத்தில் ஆரம்பக்கல்வியைப் பெற்ற அவர் பின்பு வைக்கம் என்னும் அயலூரில் இருந்த ஆங்கில மொழிப் பாடசாலையில் சேர்க்கப்பட்டார். அங்கு கல்வி கற்கின்ற போதுதான் அவருக்கு மகாத்மா காந்தியின் மீது ஆழ்ந்த பற்று ஏற்பட்டது. 1924இல் மகாத்மா காந்தி சுத்தியாக அரும்பு - 44

கிரகம் செய்வதற்காக வைக்கம் நகருக்கு வந்த போது பஷீர் கதர் உடையணிந்து அவரைக் காணச் சென்றார். காரில் சென்றுகொண்டிருந்த காந்திஜியின் கையை எப்படியோ தொட்டு விட்டதில் அவருக்கு அலாதியான பெருமை ஏற்பட்டது. எனினும் கதர் உடை அணிந்த குற்றத்துக்காக அவரது தலைமையாசிரியரிடம் கடுமையாக அடிவாங்க வேண்டி ஏற்பட்டது.

மலபாரில் நடந்த காந்திஜியின் உப்புச் சுத்தியாக்கிரகத்தில் கலந்து கொண்ட குற்றத்துக்காக 3 மாதச் சிறைத் தண்டனை அனுபவித்த பஷீர் 1931இல் ‘உஜ்ஜீவனம்’ (எழுச்சி) என்ற புரட்சிப் பத்திரிகையின் ஆசிரியராகப் பணி புரிந்தார். இதன் விளைவாக அவரைக்கைது செய்யும்படி அரசு ஆணை பிறப்பித்தது. பொலீஸாரின் பிடியிலிருந்து தப்புவதற்காக ஊரை விட்டே ஓடிய அவர் எழு வருடங்கள் தலைமறைவாகத் திரிந்தார். இக்காலத்தில் பல்வேறு வேஷங்களில் இந்தியா முழுவதிலும் சுற்றி அலைந்த பஷீர் இமயமலைச் சாரலில் முனிவர்களோடும் குபிகளோடும் அவர்களது ஆசிரமங்களில் சில காலம் வசித்தார்.

பின்பு, வணிகக் கப்பலோன்றில் ஏறி அராபிய வளைகுடாப் பகுதிக்குச் சென்றார். அங்கு பிழைப்புக்காக அவர் சமையல்காரன், பழச்சாறு விற்பவன், பிச்சைக்காரன், செய்தித்தான் விற்பவன், இடையன், காவல்காரன், கணக்

காளன், சுமை தூக்கி, சோதிடன் என இன்னோரன்ன தொழில்களைச் செய்தார். என்ன செய்தும் சில நாட்களில் உண்ண உணவின்றி அல்லல்பட்டார். அக்காலத்தில் ஏற்பட்ட போசாக்குக் குறைபாட்டினாலேயே தனது தலை முடியெல்லாம் உதிர்ந்து போனதாக அவர் சொல்லியிருந்தார்.

இவ்வாறு தன் உயிரைக் காத்துக் கொள்ள அவர் அன்றாடம் நடத்திய போராட்டங்களே மனித இயல்பை யும் நடத்தைக் கோலங்களையும் பற்றிய அவரது ஆழமான புரிந்துணர்வுக் குக் காரணமாக அமைந்தன. அரேபி யாவிலிருந்து கேரளாவுக்குத் திரும்பிய பின்னர் அவர் மீண்டும் கதந்திரப் போராட்டத்தில் கலந்து கொண்டார். அக்காலத்தில் தொழில் தேடித் திரிந்த அவருக்கு ‘ஜயகேசரி’ என்ற செய்தித் தாஞுக்குக் கதைகள் எழுதிக் கொடுக்கும் வாய்ப்புக் கிடைத்தது. ‘என்டெதங்கம்’ என்ற அவருடைய முதல் சிறு கதை 1937இல் ‘ஜயகேசரி’யில் பிரசராமாகியது.

அவரது ஆரம்ப காலக் கதைகள் 1937 முதல் 1941 வரை ‘நவஜீவன்’ என்ற வார இதழில் இடையிடையே பிரசரமாயின. 1941இல் அவர் கைது செய்யப் பட்டு வழக்கு விசாரணை முடியும் வரை பல மாதங்கள் விளக்க மற்றியலில் வைக்கப்பட்டார். இறுதியில் இரண்டரை வருட சிறைத் தண்டனை விதிக் கப்பட்டு திருவனந்தபுரம் மத்திய சிறையில் அடைக்கப்பட்டார். சிறையில் இருந்தபோது அவர் எழுதிய ‘ப்ரேம லேகனம்’ (காதல் கடிதம்) என்ற சுவையான காதற் கதை அவர் விடுதலையான பின்னரே பிரசரிக்கப்பட்டது. அவரது புகழ்பெற்ற குறுநாவலான ‘பால்யகால சகி’ 1944இல் வெளிவந்தது. இதுவே பஷ்டின் படைப்புக்

களுள் மிக உன்னதமானதாகக் கருதப்படுகிறது.

தனது ஆக்கங்களைத் தானே பிரசரித்துக்கொண்ட பஷ்டிர், அந்த நால் களை வீடுவீடாகச் சென்று விற்பனை செய்தார். பின்னர் அவர் எர்ணாக்குளத்தில் இரண்டு புத்தகக் கடைகளை நடத்தி வந்தார்.

இந்தியா சுதந்திரமடைந்த பின்னர் பஷ்டிர் அரசியல் துறையில் ஆர்வம் காட்டவில்லை. எனினும் அவரது ஆக்கங்களில் அவரது அரசியல் விழிப் புணரவு நன்கு வெளிப்பட்டது. தனது 50வது வயதில்தான் அவர் திருமணம் செய்து கொண்டார். பாத்திமா பீவி என்ற பெயருடைய அவரது மனைவி அவரைவிட முப்பது வயது இளையவர். ஆசிரிய ராகப் பணிபுரிந்த அவர் பஷ்டின் பரம ரசிகையாக இருந்தார். அவரை அனைவரும் பாபி பஷ்டிர் என்று அன்பாக அழைத்தனர். அவர் கஞக்கு அனீஸ், ஷஹிரினா என்று இரண்டு பின்னகள் உள்ளனர்.

பஷ்டின் வாழ்க்கையில் ஏற்பட்ட மன அழுத்தங்கள் காரணமாக அவர் பல முறை மனநோயினால் பாதிக்கப் பட்டார். இரண்டு தடவைகள் அவர் மனநோய் மருத்துவ மனையில் தங்கிச் சிகிச்சை பெற வேண்டியதாயிற்று. அவரது புகழ்பெற்ற ‘பாத்துமாவுடே ஆடு’ (பாத்துமாவின் ஆடு) என்ற குறுநாவல் திரிகூர் மனநோய் மருத்துவ மனையில் அவர் சிகிச்சை பெற்று வந்த காலத்திலேயே எழுதப்பட்டது.

பஷ்டிர் எழுதிய கதைகளில் அவரது சொந்த வாழ்க்கை அனுபவங்கள் நன்கு பிரதிபலித்தன. சில கதைகளில் வரும் கதா பாத்திரங்கள் நிஜ வாழ்க்கையில் அவர் சந்தித்த மனிதர்களைச் சித்தரிப்பனவாக இருந்தன. ‘பாத்தும் மாவின் ஆடு’ என்ற கதையை இந்த

வகையில் குறிப்பிட்டுச் சொல்லாம். அவருடைய கதைகளில் நகைச்சவையும் சோகமும் இணைந்து செல்வதைக் காணலாம். அவரது காதல் கதைகள் மலையாளப் பெண்களின் உள்ளத்தைத் தொடுவனவாகவும் அவர்களது கண்களில் கண்ணீரை வரவழைக்கக் கூடியனவாகவும் இருந்தன.

பஷ்ரின் தனித்துவமான மொழி நடையை இன்னொரு மொழிக்கு மாற்றுவது மிகக் கஷ்டமான காரியமாக இருந்தது. என்றாலும் அவரது ஆக்கங்கள் பல ஆங்கிலத்துக்கும் 18 இந்திய மொழிகளுக்கும் மொழிமாற்றம் செய்யப்பட்டுள்ளன. அவரது அனைத்து ஆக்கங்களும் தமிழில் வெளிவந்துள்ளன. எனவே தமிழ் வாசகர்களுக்கு மிகப் பரிச்சயமான மலையாள எழுத்தாளராக பஷ்ரி விளங்குகிறார். அவரது கதைகளை சுந்தர ராமசாமி, குளச்சல் யூப் போன்றவர்கள் தமிழில் தந்துள்ளனர்.

என்ன செய்கிறீர்கள்?

இரவுக் களியாட்ட மொன்றில் கலந்து கொண்ட பின்னர் நடுநிசியில் தனியாக வீடு திரும்பிக்கொண்டிருந்த ஓர் இளைஞன் ஊர் மயானத்தினாடாகச் செல்லும் குறுக்குவழியில் நடந்துகொண்டிருந்தான். இறந்தவர்களின் ஆவிகள் இரவு வேளையில் மயானத்தில் நடமாடுவதாகக் கேள்விப்பட்டிருந்தால் அவனது மனதில் பீதி தலைதூக்கத் தொடக்கியது.

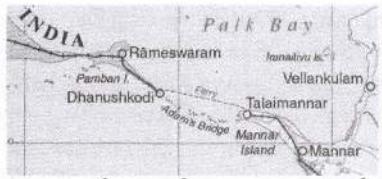
மயானத்தின் ஊடாகச் செல்லும்போது யாரோ உளியால் கற்பாறையைக் குடைவது போன்ற ஒசையைக் கேட்டு அவன் பயத்துடன் அங்குமின்கும் பார்த்தான். சிறிது தூரத்தில் கிழவளொருவன் உளியையும் சுத்தியலையும் பயன்படுத்தி புதைகுழிக் கல்லொன்றில் ஏதோ செதுக்கிக் கொண்டிருப்பதைக் கண்டதும் அவனுக்கு ஓரளவு ஆறுதல் ஏற்பட்டது.

“ஏதோ ஆவிதான் என நான் பயந்தேவிட்டேன் முதியவரே! இந்த இரவு வேளையிலே நீங்கள் அப்படி என்ன மும்முரமாகச் செய்துகொண்டு இருக்கிறீர்கள்?” எனக் கேட்டான் அந்த இளைஞன்..

“அந்த முட்டாள்களுக்கு இந்தக்கல்லில் எனது பெயரைக்கூட சரியாகச் செதுக்கத் தெரியல்லவேயே” எனக் கரகரக்கும் குரலில் பதில் வந்தது கிழவனிடமிருந்து.

பஷ்ருக்கு 1970இல் சாகித்திய அக்டேமி விருது கிடைத்தது. 1982இல் இந்திய அரசு அவருக்கு ‘பத்ம பிரீ’ விருதினை வழங்கி கொரவித்தது. 1987இல் கோழிக்கோட்டுப் பல்கலைக் கழகம் அவருக்கு கொரவ கலாநிதிப் பட்டமொன்றை வழங்கியது. அவரது ‘மதிலுகள்’ என்ற நாவலைத் தழுவித் தயாரிக்கப்பட்ட திரைப்படத்திற்காக சிறந்த கதாசிரியருக்கான விருதும் பஷ்ருக்குக் கிடைத்தது.

பஷ்ரி தனது இறுதிக் காலத்தை பேபூர் என்ற ஊரில் கழித்தார். ‘பேபூர் சுல்தான்’ என மரியாதையாக அழைக்கப்பட்ட முகம்மது பஷ்ரி 1994 ஜூலை 4ம் திகதி தனது 86வது வயதில் காலமானார். அவரை கொரவிக்கும் முகமாக இந்திய அரசு அவரது உருவப் படம் தாங்கிய 5.00 ரூபா பெறுமதியான தபால் முத்திரையொன்றையும் வெளியிட்டிருந்தது. பஷ்ரின் மனைவி 2015இல் காலமானார். ★



பாம்பன் பாலம் Pamban Bridge

பிரிட்டிஷ் ஆட்சிக் காலத்தில் இந்தியாவுக்கும் இலங்கைக்கும் இடையில் வர்த்தகத்தை விரிவுபடுத்தும் நோக்குடன் இரு நாடுகளுக்கும் இடையில் ரயில் பாதையொன்றை அமைக்கும் யோசனை முன்வைக்கப்பட்டது. இரு நாடுகளுக்கும் இடையில் பாக்கு நீரினையிலே பாம்பன் என்ற தீவு அமைந்திருக்கிறது. எனவே இந்தியாவின் பெருநிலப்பகுதியிலிருந்து பாம்பனை அடைவதற்கு ஒரு பாலமும், பாம்பன் தீவின் தென் கிழக்கு முனையிலுள்ள தனுஷ்கோடியிலிருந்து தலைமன்னார் வரை இன்னொரு பாலமும் அமைக்கப்படவேண்டும் எனச் சிபாரிசு செய்யப்பட்டது.

இச்செயல் திட்டத்துக்குப் பெருந்தொகைப் பணம் தேவைப்படும் எனக்காரணம் காட்டி அப்போதைய பிரிட்டிஷ் பாராளுமன்றம் அதற்கு அனுமதி வழங்க மறுத்தது. எனினும் இந்தியபெருநிலப் பகுதியிலிருந்து பாம்பன் தீவு வரையிலான ரயில் பாலத்தை நிர்மாணிப்பதற்குப் பின்னர் அனுமதி கிடைத்தது. இப்பாலத்தை நிர்மாணிப்பதற்கான வேலைகள் 1911 ஆகஸ்டில் ஆரம்பமாயின. பாம்பன் பாலம் என அழைக்கப்படும் இந்தக் கடற் பாலம் 1914 பெப்ரவரி 24ம் திங்கி திறந்து வைக்கப்பட்டது.

பாம்பன் ரயில் பாலம் 2,065 மீட்டர் நீளம் கொண்டது. கடல் மட்டத்திலிருந்து 12.5 மீட்டர் உயரத்தில்



அமைக்கப்பட்டுள்ள இப்பாலத்தை 143 தாங்கு தூண்கள் தாங்கிக் கொண்டிருக்கின்றன. சிறிய கப்பல்களின் போக்குவரத்துக்கு இடமளிப்பதற்காகத் தேவையான போது உயர்த்தப்படக் கூடிய இரு துண்டங்களை இப்பாலம் கொண்டுள்ளது. நெம்புகோல் அடிப்படையில் உயர்த்தப்படும் இத்துண்டங்கள் ஒவ்வொன்றினதும் நிறை 457 தொன் ஆகும். ஒவ்வொரு மாதமும் கமார் 10 கப்பல்கள் இந்த வழியினாடாகச் செல்கின்றன. 2010இல் பந்தராவோர்லி என்ற கடற்பாலம் அமைக்கப்படும் வரை இதுவே இந்தியாவின் மிக நீண்ட கடற்பாலமாக விளங்கியது.

இந்தியபெருநிலப் பகுதியில் உள்ள மண்டபம் என்ற நகரையும் பாம்பன் தீவிலுள்ள பாம்பன் நகரையும் இந்தப் பாலம் இணைக்கின்றது. பாம்பன் தீவின் கிழக்குப்பகுதியில்தான் இந்துக்களின் புனிதத் தளங்களுள் ஒன்றான ராமேஸ்வரம் இருக்கிறது. தீவின் தென் கிழக்கு அந்தத்தில் உள்ள தனுஷ்கோடி என்ற ஊர் தலைமன்னாரில் இருந்து 29 km தொலைவில் அமைந்துள்ளது. ஆரம்பத்தில் பாம்பன் ரயில் நிலையத்தில் இருந்து ராமேஸ்வரத்தை நோக்கி 10 km நீளமான ரயில் பாதையொன்றும் தனுஷ்கோடியை நோக்கி 24 km நீளமான இன்னொரு பாதையும் பிரிந்து சென்றன.

எனினும் 1964 டிசம்பர் 23ம் திகதி வீசியகடும் குறாவளியினாலும் அதைத் தொடர்ந்து ஏற்பட்ட கடல் கொந்த ஸிபினாலும் தனுஷ்கோடிப் பிரதே சமும் அந்த ரயில் பாதையும் முற்றாக அழிவற்றன. அன்று தனுஷ்கோடியை நோக்கிப் போய்க்கொண்டிருந்த பிரயாணிகள் ரயில் வண்டி கடல் அலை களினால் தூக்கி ஏறியப்பட்டதனால் 150க்கும் மேற்பட்டோர் உயிரிழக்க நேர்ந்தது. இந்தச் சூறாவளியினால் பாம்பன் பாலம் ஓரளவுக்கு சேத மடைந்த போதிலும் அது விரைவில் திருத்தப்பட்டுவிட்டது. தனுஷ்கோடி ரயில் பாதையும் நகரமும் அதன் பின் னர் புனர்நிர்மாணம் செய்யப்படாமல் முற்றாகக் கைவிடப்பட்டன.

பாரமான சரக்கு ரயில் வண்டிகள் ஒடக்கூடிய வகையில் பாம்பன் பாலத் தைப் பலப்படுத்தும் நடவடிக்கைகள் 2009ம் ஆண்டில் மேற்கொள்ளப்பட்டன. இந்தியக் கடற்படை வள்ள மொன்று மோதியதால் 2013 ஜெவரி 13ம் திகதி பாம்பன் பாலம் சேதத் துக்குள்ளாகிய போதிலும் அது உடனடியாகத் திருத்தப்பட்டது.

பாம்பன் ரயில்வே பாலத்துக்குச் சமாந்தரமாக மோட்டார் வாக்கனப் போக்குவரத்துக்கான பாலமொன்றை அமைக்கும் பணிகள் 1974 நவம்பரில் ஆரம்பிக்கப்பட்டன. 1978இல் வீசிய குறாவளியின் காரணமாக நிர்மாண

வேலைகள் தாமதமாக நேர்ந்தது. எனவே 1988இல்தான் இப்பணி முற்றுப் பெற்றது. ‘அன்னை இந்திரா காந்தி பேருந்து மேம்பாலம்’ என அழைக்கப் படும் இது 1988 ஒக்டோபர் 2ம் திகதி அப்போதிருந்த இந்தியப் பிரதமர் ராஜிவ் காந்தி அவர்களால் திறந்து வைக்கப்பட்டது.

2,345 மீட்டர் நீளமுள்ள இப்பாலம் வில் வடிவில் அமைக்கப்பட்டுள்ளது. பாலத்தின் நடுப்பகுதி கடல் மட்டத்திலிருந்து 17.68 மீட்டர் உயரத் தில் இருப்பதனால் அதன் கீழால் கப்பல்கள் தடையின்றிப் போய்வரக் கூடியதாக இருக்கிறது. இந்தப் பாலத்தை 79 துண்கள் தாங்கிக்கொண்டிருக்கின்றன. இவற்றுள் 64 தூண்கள் கடவினுள் நிர்மாணிக்கப்பட்டுள்ளன. இரட்டை ஒழுங்கைகளைக் கொண்ட இப்பாலத்தின் மீது 174 மின் விளக்குக் கம்பங்கள் பொருத்தப்பட்டுள்ளன.

இலங்கை- இந்திய கப்பற் சேவை இடம் பெறும் காலங்களில் பிரயாணி கள் தலைமன்னாரிலிருந்து ராமேஸ் வரத்துக்குக் கப்பலில் சென்று அங்கிருந்து ரயில் மூலம் பாம்பன் பாலத் தைக் கடந்து தமிழ்நாட்டுக்குள் நுழைவது வழக்கமாக இருந்தது. இப்போது ரயிலுக்குப் பதிலாக பஸ் வண்டிகள் மூலம் இப்பயணத்தை மேற்கொள்ள முடியுமாக இருக்கிறது. ★

உகந்த பொருள்

தனது போன்றுக்குப் பிறந்த நான் பரிசொன்றை வாங்குவதற்காக ஒரு கடைக்குர் நுழைந்தாள் அந்தப் பெண். அந்தக் கடையிலே ஆயிரக்கணக்கான விளையாட்டுப் பொருட்கள் காட்சிக்கு வைக்கப்பட்டிருந்த போதிலும் அவற்றுள் எதுவும் அவனது கவனத்தைத் தொடரில்லை. அங்கு நின்ற விற்பனை உதவியாளர்கள் பலவிதமான பொருட்களை ஒடுத்துக் காட்சிக்கொண்டிருந்தனர். இறுதியாக, பல வண்ண ஒளிகள் பளிச்சிடுகின்ற 15 விதமான ஒசைகளை எழுப்பக்கூடிய லேஸர் துப்பாக்கி ஒன்றினை அவன் தேர்ந்தெடுத்தான்.

“விசேஷமாக இதனை என் தேர்ந்தெடுத்தீர்கள்?” எனக் கடை ஊழியன் ஒருவன் கீட்ட போது “எனது மருகனுக்கு எந்த நூறும் எரிச்சலையும் தலையிழையமும் ஏற்படுத்த உகந்தது இதுதான்” என்றான் அந்த மாது.



ஸ்கோட்லாந்து தனி நாடாகுமா?



ஓன்பதாம் நூற்றாண்டு முதல் ஸ்கோட்லாந்து சுதந்திர நாடொன்றாகவே இருந்து வந்துள்ளது. கி.பி. 1290இல் இங்கிலாந்தின் மன்றாக இருந்த முதலாம் எட்வர்ட் என்பவர் ஸ்கோட்லாந்தின் சிம்மாசனத்துக்கும் வாரிசாக மாறியதை அடுத்து இருநாடுகளும் ஒரே அரசரினால் ஆட்சி செய்யப்படலாயின. இந்த நிலையில், ஆங்கிலேயர்கள் தம்மை ஆட்சி செய்வதற்கு எதிராக ஸ்கோட்லாந்து தேசத் தவர்கள் கிளர்ந்து ஏழுந்தனர். இதன் விளைவாக சுதந்திரப் போர்கள் ஆரம்பமாயின. இறுதியில் ரொபர்ட் புறுஸ் என்பவரின் மனத்தளாராத முயற்சியின் பயனாக ஸ்கோட்லாந்து மீண்டும் சுதந்திர நாடாக மாறியது.

மீண்டும் 1608இல் ஸ்கோட்லாந்தின் ஆறாவது ஜேம்ஸ் என்ற மன்னர் இங்கிலாந்தினதும் அயர்லாந்தினதும் அரசராக முடிகுடியதால் மூன்று நாடுகளும் ஒரே ஆட்சியின் கீழ் வந்தன. பின்னர் 1707இல் செய்துகொள்ளப்பட்ட உடன்படிக்கையொன்றின் படி இங்கிலாந்தும் ஸ்கோட்லாந்தும் உத்தியோகபூர்வமாக ஒன்றிணைக்கப்பட்டு பெரிய பிரித்தானியா என்ற ராச்சியமாக மாறின..

கி.பி. 1800இல் நிறைவேற்றப்பட்ட ஒரு சட்டத்தின்படி ஸ்கோட்லாந்து, இங்கிலாந்து, அயர்லாந்து ஆகிய 3 நாடுகளும் ஒன்றாக இணைக்கப்பட்டு பெரிய பிரித்தானியா மற்றும் அயர்லாந்தின் ஐக்கிய ராச்சியம் (United

Kingdom of Great Britain and Ireland) உருவாக்கப்பட்டது. எனினும் கத்தோ லிக்கர்களைப் பெரும்பான்மையினராகக் கொண்ட அயர்லாந்தின் தென் பகுதியிலிருந்த 26 மாகாணங்கள் இந்த ஒன்றியத்துக்கு எதிராகப் போரிட்டு 1922இல் அதிலிருந்து பிரிந்து சென்றன. புரட்டாஸ்தாந்து கிறிஸ்தவர்களைப் பெரும்பான்மையினராகக் கொண்ட வட மாகாணங்கள் தொடர்ந்தும் ஒன்றியத்தில் அங்கம் வகித்தன. அதன் பின் னர் இந்த ஒன்றியம் பெரிய பிரித்தானியா மற்றும் வட அயர்லாந்தின் ஐக்கிய ராச்சியம் (United Kingdom of Great Britain and Northern Ireland) என அழைக்கப்படலாயிற்று. இதனையே நாம் சுருக்கமாக UK என அழைக்கின்றோம்.

லண்டனில் இருந்த பிரிட்டிஷ் பாராஞ்மன்றமே ஸ்கோட்லாந்தை நிர்வகித்து வந்ததனால் ஸ்கோட்லாந்துக்கெனத் தனியான சட்டசபை வேண்டும் என்ற கோரிக்கை 1853இல் ஆரம்பமாகியது. நிலைமையைச் சமன்படுத்துவதற்காக பிரிட்டிஷ் பாராஞ்மன்றத்தில் ஸ்கோட்லாந்து பற்றிய விவகாரங்களைக் கவனிப்பதற்காக ஸ்கோட்லாந்து விவகார அமைச்சர் ஒருவர் நியமிக்கப்பட்டார். அதற்கென அமைச்சொன்றும் உருவாக்கப்பட்டது.

அயர்லாந்து நாட்டவர்கள் செய்தது போல ஸ்கோட்லாந்து மக்கள் மத்திய ஆட்சிக்கு எதிராகக் கிளர்ச்சி அரும்பு - 44

செய்யவில்லை. பதிலாக, ஸ்கொட்டலாந்து மக்களுக்குத் தமிழைத் தாமே நிர்வகித்துக்கொள்வதற்கு உரிமை வேண்டும் என்ற கோரிக்கை வலுவடைந்து வந்தது. சுயாட்சி உரிமை கோரி 2 மில்லியன் மக்கள் கையொப்பமிட்ட மனுவொன்று சமர்ப்பிக்கப்பட்ட போதிலும் பிரதான அரசியல் கட்சிகள் அதனை அல்லது செய்து விட்டன.

இரண்டாம் உலகப் போரின் பின்னர் ஆசியாவிலும் ஆபிரிக்காவிலும் இருந்த பிரிட்டிஷ் குடியேற்ற நாடுகள் ஒவ்வொன்றாகச் சுதந்திரம் பெற்றுக் கொண்ட பின்து பிரிட்டிஷ் சாம்ராஜ்யம் சுருங்கிப் போய்விட்டது. அத்தோடு 1956இல் இடம் பெற்ற கவெஸ் கால்வாய்ப் பிரச்சினையின் போது பிரிட்டனின் பலவீனம் நன்கு வெளிப்பட்டது. இதனால் ஒரு வலிமையான வல்லரசின் ஓர் அங்கமாக இருக்கின்றோம் என்ற நம்பிக்கை ஸ்கொட்டலாந்து மக்களிடையே நிலவடையலாயிற்று. அதன் விளைவாக அந்நாட்டு மக்களிடையே சுதந்திர வேட்கை மீண்டும் அதிகரித்தது.

ஸ்கொட்டலாந்தின் சுதந்திரத்துக்காகக் குரல் கொடுக்கும் ஸ்கொட்டலாந்து தேசியக் கட்சி (SNP) 1967இல் முதன் முதலாக பிரிட்டிஷ் பாராளுமன்ற ஆசனமொன்றை வென்றெடுத்தது. இதனால் தேசியர்தியில் அக்கட்சி அங்கீராம் பெற்றுக் கொண்டது. 1970ல் ஸ்கொட்டலாந்தின் கிழக்குக் கரைக்கு அப்பால் வட கடலில் எண்ணெய் கண்டுபிடிக்கப்பட்டதும் தேசியவாதிகளின் குரல் ஓங்கலாயிற்று. ‘இந்த எண்ணெய் ஸ்கொட்டலாந்துக்குச் சொந்தமானது’ என அவர்கள் கோஷும் எழுப்பினர். 1974 ஒக்டோபர் பொதுத் தேர்தலில் SNP பதினொரு அரும்பு-44

ஆசனங்களைப் பெற்றதோடு அதிகாரப் பேரம் பேசக்கூடிய தகுதியையும் பெற்றுக் கொண்டது.

ஸ்கொட்டலாந்துக்குத் தனிப் பாரா ஞமன்றம் வேண்டும் என்ற கோரிக்கையை SNP வலியுறுத்தி வந்தது. இது தொடர்பாக 1979இல் பொதுசன அபிப்பிராய் வாக்கெடுப்பொன்று ஸ்கொட்டலாந்திலே நடத்தப்பட்ட போதிலும் அக்கோரிக்கைக்கு ஆதரவாகப் போதியவாக்குகள் கிடைக்காத தனால் அம்முயற்சி கைகூடவில்லை.

மீண்டும் 1997 செப்டம்பரில் நடத்தப்பட்ட அபிப்பிராய் வாக்கெடுப்பில் சுயாட்சிக்கு ஆதரவாகப் பெரும்பான்மையான மக்கள் வாக்களித்தனர். இதன் பயனாக ஸ்கொட்டலாந்துக்கான பாரானுமன்றம் 1998இல் உருவாக்கப்பட்டது. உள்நாட்டு விவகாரங்கள் தொடர்பாக அதற்கு அதிக அதிகாரங்கள் வழங்கப்பட்டன. புதியபாரானுமன்றத்துக்காக 129 உறுப்பினர்களைத் தெரிவ செய்வதற்கான முதலாவது தேர்தல் 1999இல் நடத்தப்பட்டது. அதில் தொழிற் கட்சி பெரும்பான்மையான ஆசனங்களைப் பெற்றுக் கொண்டதோடு அக்கட்சியைச் சேர்ந்த டொனால்ட் ரூவர் என்பவர் முதலாது முதலமைச்சராக நியமிக்கப்பட்டார். பிரதான எதிர்க்கட்சியாக SNP விளங்கியது.

2011இல் நடந்த பொதுத் தேர்தலில் SNP பெரும்பான்மை ஆசனங்களைப் பெற்று Alex Salmond எனவர் முதலமைச்சராக வந்தார். ‘ஸ்கொட்டலாந்து சுதந்திர நாடாக மாற வேண்டுமா?’ என்ற கேள்வியை அடிப்படையாக வைத்து பொதுசன அபிப்பிராய் வாக்கெடுப்பொன்று 2014 செப்டம்பர் 18ம் திங்கித் தெர்தலில் நடத்தப்பட்டது. எனினும் SNP யின் எதிர்பார்ப்புக்கு மாற்றாக 55 சத

வீதமான வாக்காளர்கள் சுதந்திரம் பெறுவதற்கு எதிராகவே வாக்களித் திருந்தனர். இதன் விளைவாக Alex Salmond முதலமைச்சர் பதவியில் இருந்து ராஜினாமாச் செய்தார். அவரது இடத்திற்கு Nicola Sturgeon என்ற பெண் நியமிக்கப்பட்டார்.

ஸ்கொட்லாந்தை சுதந்திர நாடாக மாற்றுவது தொடர்பாக மீண்டும் ஒரு பொதுசன அபிப்பிராய் வாக்கெடுப் பைநடத்துவதற்குப் புதிய முதலமைச்சர் முயற்சி செய்து கொண்டிருக்கிறார். இந்த வாக்கெடுப்பில் SNPயின் தனி நாட்டுக் கோரிக்கை வெற்றி பெற்றால் ஸ்கொட்லாந்து ஐக்கிய ராச்சியத்திலிருந்து பிரிந்து சுதந்திர நாடாக

மாற்றிவிட வாய்ப்புக் கிடைக்கும். ஐரோப்பிய ஒன்றியத்திலிருந்து பிரிட்டன் பிரிந்து செல்ல வேண்டுமென பிரிட்டிஷ் வாக்காளர்கள் ஏற்கனவே தீர்மானித்திருக்கின்றனர். இதனால் பிரிட்டன் பொருளாதார ரீதியிலும் பாதுகாப்புத் துறையிலும் மேலும் நலி வடையும் என்றே எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. எனவே நலிவடைந்து வரும் ஐக்கிய ராச்சியத்தில் பங்காளியாக இருப்பதைவிடத் தனி நாடாக மாறி ஐரோப்பிய ஒன்றியத்துடன் சேர்ந்து கொள்வதே புத்திசாலித்தனம் என SNP பிரச்சாரம் செய்கிறது. என்ன நடக்கப் போகிறது என்பதைப் பொறுத்திருந்துதான் பார்க்க வேண்டும். ★

எப்படிச் சொல்வீர்கள்?

அன்று காலையில் பிறந்திருந்த குழந்தையை பார்க்க வந்த வைத்திய நிபுணர் “குழந்தை எவ்வளவு அழகாக இருக்கிறது?” என்றார்.

“நீங்கள் எல்லாக் குழந்தைகளுக்கும் இப்படித்தான் சொல்வீர்கள் போலும்!” என்றாள் குழந்தையின் தாய்.

“இல்லை, இல்லை! உண்மையில் அழகான குழந்தைகளுக்கு மட்டும்தான் இப்படிச் சொல்கிறேன்.” என்றார் வைத்தியர்.

“அப்படியானால் அழகில்லாத குழந்தைகளைப் பார்த்து என்ன சொல்வீர்கள்?” - அந்தத் தாய் விட்டுக்கொடுக்காமல் கேட்டாள்.

“பெண்குழந்தையாயின் ‘அம்மாவைப் போல் இருக்கிறது’ என்றும் ஆண் குழந்தையாயின் ‘அப்பாவைப் போல் இருக்கிறது’ என்றும் சொல்வேன்” என்றார் வைத்தியர்.

இரண்டு செய்திகள்

தமது கோயிலில் கூடியிருந்த ஊர்மக்களை நோக்கி உரையாற்றிக் கொண்டிருந்த பாதிரியார், “புண்ணியவான்களே, இப்போது நான் உங்களுக்கு ஒரு சந்தோஷமான செய்தியையும் ஒரு கவலையான செய்தியையும் சொல்லப் போகிறேன்” என்றார்.

குழுமியிருந்த மக்கள் பாதிரியார் என்ன கூறப் போகிறார் என்பதை அறிந்துகொள்ளும் அவ்வுடன் அவரை நோக்கினர்.

“சந்தோஷமான செய்தி என்னவென்றால் எமது கோயிலின் திருத்த வேலைகளைச் செய்து முடிப்பதற்குத் தேவையான அவ்வளவு பணமும் எம்மிடம் இருக்கிறது” என்று அவர் கூறியதும் மக்கள் அவரை வியப்போடு பார்த்தனர்.

தொடர்ந்து பேசிய பாதிரியார் “கவலையான செய்தி என்னவென்றால் அந்தப் பணம் முழுவதும் உங்கள் பொக்கட்டுகளிலேயே இன்னமும் இருக்கிறது.” என்றார்.

பொழுது போக்கு

Cold Porcelain என்னும்

கைப்பணிக் களியைத் தயாரிக்கும் முறை

அழகான பல்வண்ண மலர்க் கொத்துக்களையோ விருப்பமான உருவங்களையோ இலகுவாகவும் நேர்த்தியாகவும் செய்து கொள்வதற்காக கைப்பணி யில் ஆர்வம் கொண்டவர்கள் Cold Porcelain என்ற களியைப் பயன்படுத்துகின்றனர். மிக நுண்ணிய அமைப்புக்களைக்கூடச் சிரமமின்றி வடிவமைத்துக் கொள்ள உதவும் இக்களியானது வளியிலே உலர்ந்து கெட்டியாகக்கூடியது.

Cold Porcelain களியை நாம் வீட்டிலேயே தயாரித்துக்கொள்ள முடியும். அத்தோடு இக்களிக்கு நமக்கு விருப்பமான முறையில் நிறழுட்டிக்கொள்ளவும் முடியும்.

Cold Porcelain களியை வீட்டில் தயாரித்துக்கொள்ளும் முறையைக் கீழே தருகின்றோம்:

தேவையான பொருட்கள்

சோள மாவு (Corn flour) - 1 கோப்பை

வெண்ணிறமான PVA Glue (Chemifix) - 1 கோப்பை

தேங்காய் எண்ணெய் அல்லது பேபி ஓயில் - 1 மேசைக் கரண்டி

எலுமிச்சம் சாறு அல்லது வினாக்கிரி - 1 மேசைக் கரண்டி

களியைத் தயாரிப்பதற்கு ஏற்ற உலோகப் பானை

முதலில் சோள மாவு, வெண்ணிற PVA பசை, எண்ணெய், எலுமிச்சம் சாறு என்பவற்றைப் பானையிலிட்டு மரக் கரண்டியொன்றினால் நன்றாகக் கலந்து கிளர வேண்டும். அவை நன்றாகக் கலக்கப்பட்ட பின்னர் பானையை அடுப்பில் வைத்து நன்றாகக் கிளரியபடி மென்குட்டில் வேகவைக்க வேண்டும். அவ்வாறு கிளரியபடி வேகும் போது கலவை ஒரு பந்துபோல ஒன்று திரள்த தொடங்கும்.

இவ்வாறு கலவை ஒன்று திரண்ட பின்னர் பானையை அடுப்பைவிட்டு இறக் கிச் சிறிது ஆற்விடவேண்டும். கையால் தொடக்கூடிய அளவுக்குச் சூடு தணிந் ததும் சுத்தமான மேற்பரப்பொன்றின் மீது கலவையை வைத்து கையால் நன்கு பிசைய வேண்டும். சூட்டோடு பிசைவதே நல்லது. கலவை எந்த அளவுக்கு நன்றா கப் பிசையப்படுகிறதோ அந்த அளவுக்கு அதன் தரம் உயர்வாக இருக்கும்.

பிசைந்து முடித்த பின் அதனைப் பந்து போல் உருட்டி காற்றுப் புகாதவாறு பொலித்தீன் பையொன்றினுள் அடைத்து சூடு இல்லாத இடமொன்றில் 24 மணித்தியாலங்களுக்கு வைக்க வேண்டும். பொலித்தீன் பையில் இடுவதற்குப் பதிலாக Shrink Wrap தாளில் சுற்றி வைக்கவும் முடியும்.

அதன் பின்னர் அக்களியை எடுத்து உருட்டி அல்லது தட்டித் தேவையான உருவங்களையோ வடிவங்களையோ செய்துகொள்ள முடியும். பயன்படுத்தப் படாத களியை காற்றுப் புகாதவாறு பொலித்தீன் பையில் இட்டுக் குளிருட்டியில் வைக்கலாம். இவ்வாறு ஒரு மாதம் வரை களஞ்சியப்படுத்தி வைக்கலாம்.

ஏதேனும் நிறத்தில் களி தேவைப்படுமாயின் களியைத் தேவையான அளவு எடுத்துத் தேவையான நிறச் சாயத்தைச் சேர்த்து களி முழுவதும் ஒரே நிறத்தைப் படித்து வைக்கலாம்.

பெறும் வரை பிசைந்துகொள்ள வேண்டும். இதற்காக Fabric paint, Acrylic paint, Tempera powder, Pastel powder, Nail polish போன்ற எதனையும் உபயோகிக்க முடியும். தேவைப்படும் ஒவ்வொரு நிறத்தையும் தனித்தனியாகக் கலந்து தேவையான களி உருண்டைகளைச் செய்து காற்றுப் படாதவாறு சேமித்து வைத்துக் கொள்ளலாம்.

கவனிக்க வேண்டிய விடயங்கள்:

1. பயன்படுத்த முன் களியைக் காற்றுப் படாதவாறு பேணி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். காற்றில் திறந்து வைத்தால் அது இறுகி வன்மையாகிவிடும்.

2. களியில் பூஞ்சனம் வளர்வதைத் தடுப்பதற்கே எலுமிச்சம் சாறு அல்லது வினாக்கிரி பயன்படுத்தப்படுகிறது. இதற்காகச் சிற்றிக் அமிலத்தையும் உபயோகிக்கலாம்.

3. களி உலரும் போது வெடிப்புக்கள் ஏற்படுவதைத் தவிர்ப்பதற்கே என் ணைய் சேர்க்கப்படுகிறது.

4. பெரிய உருவங்களைச் செய்யும் போது உருவத்தின் உட்பகுதியில் ரிஜி போமினால் சட்டகம் அமைத்துக் கொள்ளலாம்.

5. தேவையான முறையில் மலர்களையோ உருவங்களையோ செய்து முடித்த பின் 2-3 நாட்களுக்கு வளியில் உலரவிடுவது அவசியம்.

6. உலரும் போது களியின் கனவளவு சுருங்கும் என்பதை உருவங்கள் செய்யும் போது நினைவில் வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

7. களியைப் பிசையும் சந்தர்ப்பங்களில் மேசை மேற்பரப்பிலும் கைகளிலும் அது ஒட்டாமல் தடுப்பதற்காக என்னென்றீத் தன்மையற் Nivea, Ponds போன்ற கிரீம் ஒன்றினைச் சிறிதளவு தடவிக் கொள்வது நல்லது.

8. செய்யப்பட்ட உருவை நீண்ட காலம் பேணி வைப்பதற்காக அது உலர்ந்த பின்னர் அதன்மீது நிறமற்ற Acrylic Varnish படையொன்றைப் பூசி விடலாம். வார்னிஷ் கிடைக்காவிட்டால் PVA Glue படையொன்றைப் பூசி உலரவிடலாம்.

இந்தக் களியைப் பயன்படுத்தி என்ன செய்யப் போகிறீர்கள் என்பது உங்கள் கலைத் திறமையிலும் கற்பனைத் திறனிலுமே தங்கியிருக்கிறது. ★

மூல காரணம்

“உனது பிரச்சினைகள் அனைத்துக்கும் மூலகாரணமாக இருக்கிறவனுக்கு செம்மையாக உதை கொடுக்க நான் தயார்” என்றார் ஒரு நந்தை தனது வாலிப் பயது மகனைப் பார்த்து. அந்த மகன் தனது தந்தையின் கரிசனையை நினைத்து வியப்போடு அவரை நோக்கினான். “ஆனால் அப்படிச் செய்தால் நீ ஓரிரு மாதங்கள் நடமாட முடியாமல் படுக்கையிலேயே இருக்க வேண்டி வருமே என்றுதான் யோசிக்கிறேன்” என்று முடித்தார் தந்தை.

வாசகர்களின் கவனத்துக்கு...

அரும்பு இதழில் வெளிவரும் கட்டுரைகள் அரும்பு ஆசிரியரினால் எழுதப்பட்டவை. இவை எந்த வெளியீட்டிலிருந்தும் பிரதி பண்ணப்பட்டவை அல்ல. நகைச் கவைத் துணுக்கு களின் தமிழ் வடிவமும் அவருடையதே. எனவே இவற்றைப் பிரதி பண்ணி பத்திரிகைகளுக்கும் சஞ்சிகைகளுக்கும் தங்கள் பெயரில் எழுதியனுப்பும் ஈனச் செயலில் ஈடுபட வேண்டாம் எனக் கேட்டுக் கொள்கிறோம். இவற்றை எங்காவது பிரசரிக்க விரும்புபவர்கள் அரும்பு இதழி விருந்து பெறப்பட்டது என்பதைக் கட்டாயம் குறிப்பிட வேண்டும்.

புதிர்களும் விடுகதைகளும்

1. 55 வயது

முதலாவது பிள்ளை பிறந்தபோது அவளது வயது 19. எனவே 2வது பிறந்த போது 23. 3வது பிறந்த போது 27. இவ்வாறு பார்த்தால் கடைசிப் பிள்ளை பிறந்தபோது அவளது வயது 39 ஆக இருக்கும். இப்போது அந்தப் பிள்ளைக்கு 16 வயது. எனவே அப்பெண் ணின் தற்போதைய வயது $39+16 = 55$.

2. வெங்காயம்

3. அவள் டசம்பர் 31ம் திகதி பிறந்திருக்க வேண்டும். இந்தக் கூற்றை அவள் ஜனவரி 1ம் திகதி கூறியிருப்பான்.

4. 72, 102, 108

இத்தொடரிலுள்ள ஒவ்வொரு எண்ணும் இரண்டு முதன்மை எண்களுக்கு இடையில் அமைந்திருக்கின்றன. அதாவது இந்த ஒவ்வொரு எண்ணுக்கு முன்னாலும் பின்னாலும் முதன்மை எண்கள் இருக்கின்றன..

5. நதி

6. 2 கிலோ கிராம் ($x = 1+\frac{1}{2}x$; $\frac{1}{2}x = 1$, $x=2$)

7. ஞானம்

தியாகம், செருக்கு, புகழ், விவேகம், வெற்றி, சந்தோஷம், என்பவற்றின் முதலெழுத்துக்கள் திங்கள், செவ்வாய், புதன், வியாழன், வெள்ளி. சனி என்ற ஒழுங்கில் வாரநாட்களின் முதலெழுத்துக்களாக இருக்கின்றன. எனவே அடுத்து வரும் சொல் ஞான ஆரம்பிக்க வேண்டும்.

8. $3 \times 54 = 162$

9. $545 + 5 = 550$

10. போக்குவரத்து சமிக்ஞை விளக்கு (Traffic Light)

வாசகர் கவனத்திற்கு

அரும்பு இதழின் பிரதிகளைப் பெற்றுக்கொள்ள விரும்புவோர் பின்வரும் முகவரியுடன் தொடர்பு கொள்ளலாம். ஓரே நேரத்தில் 15 பிரதிகளுக்கு மேல் பெற்றுக் கொள்கிறவர்களுக்கு 10% கழிவு வழங்கப்படும்.

Editor, Arumbu,

No. 70, Main Street, Dharga Town - 12090

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

அரும்பு - 43 இதழின் சொற்ப பிரதிகள் கைவசம் உள்ளன. ஏனைய பழைய இதழ்களின் பிரதிகள் இல்லை என்பதை தயவு செய்து கவனிக்கவும்.

அரும்பு - 45 இதழ் 2017 மார்ச் 15ம் திகதி வெளிவரும்.

அறிவும் பண்பும்

கல்வியின் உண்மையான நோக்கம் நல்ல பண்புகளையும் திறன்களையும் கொண்டத், சமூகத்துடன் பொருந்தி வாழக்கூடிய மனிதர்களை உருவாக்குவதே.. ஆனால் இன்று நடப்பது என்ன? நாம் அறிவைச் சுமந்த பண்டிதர்களை உருவாக்கும் நோக்கோடு பிள்ளைகளை வெறுமனே பரீட்சைகளுக்குத் தயாராக்கிக்கொண்டிருக்கிறோம்.

பரீட்சையில் சித்தி பெறச் செய்வதே பெற்றோரினதும் ஆசிரியர்களினதும் முக்கிய நோக்கமாக இருப்பதனால் பிள்ளைகளின் பண்பு மற்றும் ஒழுக்கவிருத்தி பற்றி அலட்சியம் செய்யப்பட்டு வருகிறது. பிள்ளையிடம் நல்ல பண்புகள் இல்லாவிட்டாலும் பரவாயில்லை; அவன் பாடங்களில் நல்ல புள்ளிகளைப் பெற்றால் போதும் என்று இரு சாராரும் நினைக்கத் தொடங்கியுள்ளார். ஒழுக்கத்தையும் பண்பையும் பின்னர் கவனித்துக் கொள்ளலாம் என்று அவர்கள் நினைக்கிறார்கள் போலும்.

ஆனால் ஒழுக்கமும் நல்ல பண்புகளும்தான் முதலில் விருத்தியாக வேண்டும். அதன் பின்னர் அறிவு விருத்தியில் கவனம் செலுத்தலாம். இன்றைய உலகில் பெரும்பான்மையான ஜப்பானியர்கள் சிறந்த மனிதப் பண்புகளைக் கொண்டவர்களாக இருக்கிறார்கள். இதற்கு அடிப்படைக் காரணம் அவர்களுடைய கல்வி முறையே. அங்கு ஆரம்ப வகுப்புக்களில் சமூக, பண்பாட்டு விருத்திக்குத் துணை செய்யும் செயற்பாடுகளுக்கே முக்கியத்துவம் கொடுக்கப்படுகிறது. ஆரம்ப வகுப்புக்களைக் கடந்த பின்னர்தான் அறிவு விருத்தியில் கவனம் செலுத்தப்படுகிறது.

எமது நாட்டில் பாலர் பாடசாலையிலேயே எண்ணும் எழுத்தும் கற்பிக்கத் தொடங்கி விடுகிறார்கள். பிள்ளைகளின் நடத்தை எவ்வளவு கோணலாக இருந்தாலும் அரிச்சுவடியைக் கோணலின்றி எழுதவைப்பட திலேயே காலம் கழிகிறது. பின்லாந்து போன்ற அபிவிருத்தி அடைந்த நாடுகளில்கூட ஆறு வயதுக்குப் பின்னர்தான் எழுதக் கற்பிக்கிறார்கள். நாம்தான் பிஞ்சிலேயே கனியைவைக்க முயற்சிக்கிறோம். இந்தத் தவறான முயற்சியின் காரணமாக பிள்ளைகளை ஒழுக்கமும் நல்ல பண்புகளும் உள்ளவர்களாக வளர்ப்பதற்கு உரிய சந்தர்ப்பத்தைத் தவறவிட்டு விடுகிறோம்.

வாயால் போதிப்பதன் மூலம் ஒழுக்கத்தையும் பண்பையும் வளர்க்க முடியாது என்பதையும் நாம் நினைவில் கொள்ள வேண்டும். பெற்றோரும் ஆசிரியர்களும் சிறந்த முன்மாதிரியை வழங்குவதன் மூலமே பிள்ளைகளில் நல்ல பண்புகளையும் நன்றாத்தையையும் உருவாக்க முடியும். உரிய காலம் கடந்த பின் போதனை செய்வதனால் ஏதும் பயன் கிடைக்கும் என எதிர்பார்ப்பதில் அர்த்தமில்லை.