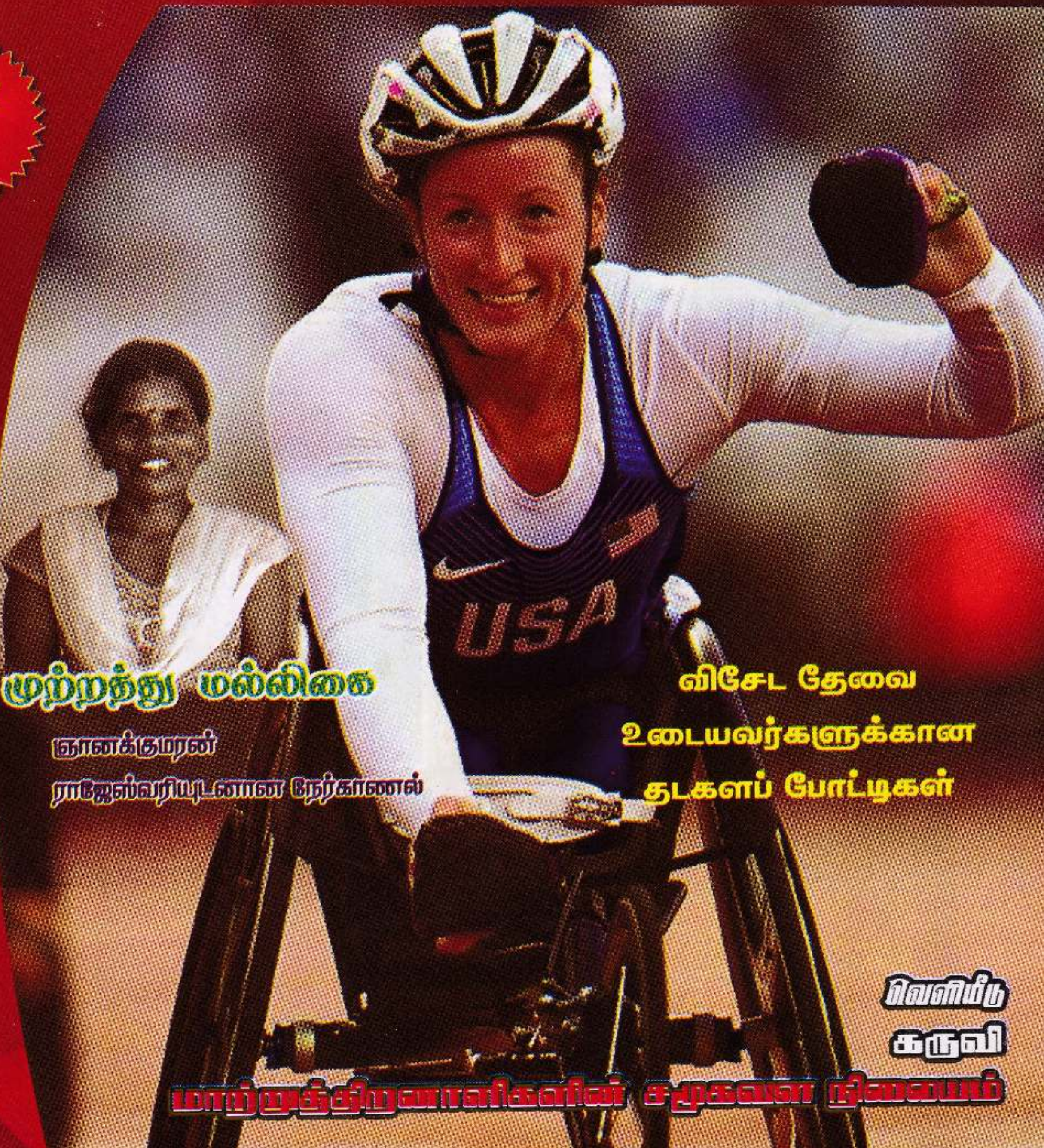
KARUVI - CENTRE FOR SOCIAL RESOURSE OF DIFFERENTLY ABLED

LET'S WIN THE WORLD WITH DIFFERENT ABILITIES

வலு

யூலை - செப்ரெம்பர் 2017 காலாண்டிதழ் இதழ் - 15

ரூபா 100



முற்றத்து மல்லிகை

ஞானக்குமரன்

ராஜேஸ்வரியுடனான நேர்காணல்

விசேட தேவை உடையவர்களுக்கான தடகளப் போட்டிகள்

வெளியீடு
கருவி
மாற்றுத்திறனாளிகளின் சமூகவள நிலையம்

கருவியின் ஆண்டு விழா 2017

இதழ் 13

வலு

ISSN : 2513 - 2989 ISBN : 978 - 955 - 23 - 0019 - 3

யூலை - செப்ரெம்பர் 2017

மாற்றுத் திறனாளிகள் தொடர்பான தகவல்களை தாங்கி வெளிவரும் காலாண்டு சஞ்சிகை

பிரதம ஆசிரியர்

திரு.க.தர்மசேகரம்

நிர்வாக ஆசிரியர்

நா.கீதாகிருஷ்ணன்
karuvivalu@gmail.com
T.P 076 6385563

ஆசிரியர் குழு

திரு.செ.பிரிந்தாபரன்
திரு.செ.சசிராஜ்
திரு.ச.க.தேவதாசன்

இதழ்க்குழு ஆலோசகர்

திரு.க.சர்வானந்தா

வெளியீடு

கருவி

மாற்றுத்திறனாளிகளின்

சமூகவள நிலையம்

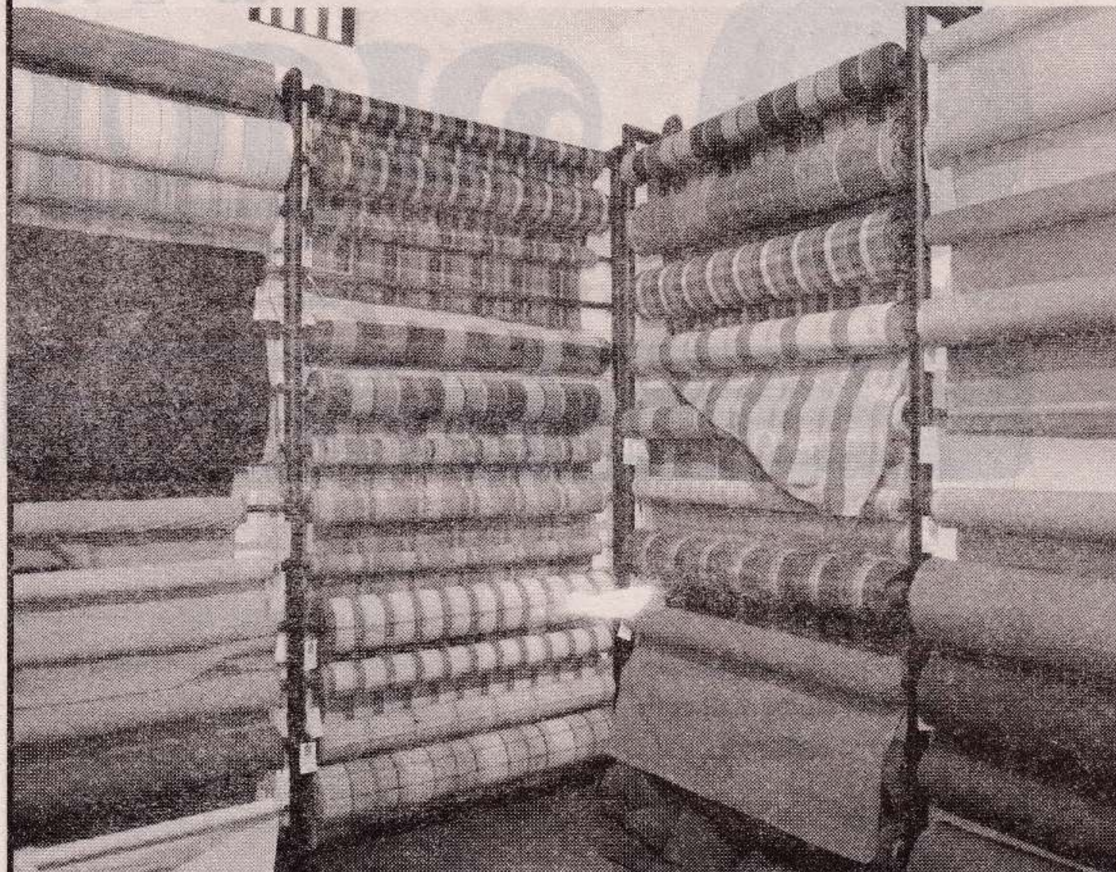
இல.1166/15, அருளம்பலம் ஒழுங்கை

நல்லூர் வடக்கு, யாழ்ப்பாணம்.

Phone - 021 205 4224

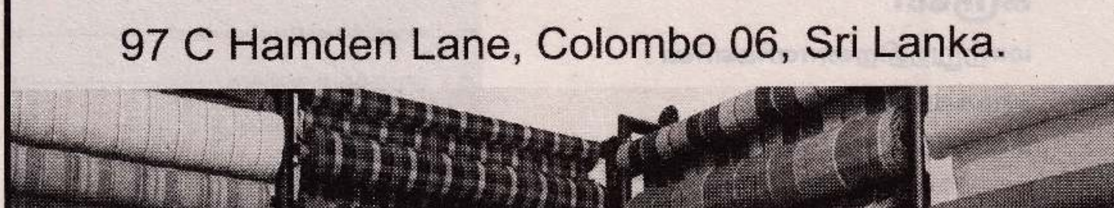
பொருளடக்கம்

1. பொறுப்புணர்ந்து கொள்வோம்------------03
2. முடியும் என்பதே இலக்கு-------------------- 04
3. தண்டு வடப்பாதிப்பும் பராமரிப்பும் ------- 06
4. சிகரம்---08
5. விழிப்புலனற்ற ஒருவருக்கு நல்லதொரு நண்பனாக இருப்பதற்கு உங்களுக்கு சிலகுறிப்புக்கள்--------------------11
6. உங்கள் வீடு பார்வைக் குறைவானவர்களுக்கு அணுக்கமானதாக உள்ளதா?-----------------14
7. வலு தரும் ஜோதிடம்-----------------------------16
8. வலிகளை உரமாக்கி எழுந்த உலக விருட்சங்கள்---19
9. செய்திச் சாளரம்-----------------------------------21
10. தசரசம் ---25
11. எழுதுங்கள் வெல்லுங்கள் ------------------- 31
12. முற்றத்து மல்லிகை -----------------------------33
13. வலுவிடம் கேளுங்கள் ---------------------- 37
14. சர்வதேச தினங்கள்-----------------------------38
15. எண்ணக் கிண்ணம்----------------------------39



HAAR TEX

97 C Hamden Lane, Colombo 06, Sri Lanka.



பொறுப்புணர்ந்து கொள்வோம்

வலுவிழப்புடன் கூடிய நபர்கள் பல்வகையான சமூகப் பிரச்சினைகளை எதிர்கொண்டு வருவது நாம் எல்லோரும் உணர்ந்திருக்கின்ற விடயமாக இருக்கின்றது. இத்தகைய பிரச்சினைகளில் ஒன்றாகவே போக்குவரத்துச் துறைசார்ந்த சிக்கல்கள் காணப்படுகின்றன. பொதுப் போக்குவரத்து சேவைகள் சார்ந்து இன்னமும் நிறைவு செய்யப்படாத பல அம்சங்கள் மாற்றுத்திறனாளிகள் தொடர்பில் இருக்கின்றன.

வலு இழந்தவர்கள் பொதுப் போக்குவரத்துச் சேவை-யினை பெறமுற்படுகின்ற போது தவிர்த்துவிடப்படுகின்ற நிலமை இன்னமும் தொடரவே செய்கின்றது. போக்குவரத்து துறைசார்ந்த நடைமுறையில் பேணப் படவேண்டிய சட்டங்கள் உறைநிலையில் வைக்கப்பட்டிருப்பது மனவருத்தத்துக்குரியது.

பார்வை அற்ற பயணி ஒருவர் தனியார் பேருந்து சாரதி மற்றும் நடத்துனர்களின் அசமந்த போக்கினால் பேருந்திலிருந்து வீழ்ந்து கையில் முறிவு ஏற்பட்ட சம்பவமொன்று யாழ்ப்பாணம் அச்சுவேலி பயணவழித் தடத்தில் அண்மைக்காலத்தில் பதிவாகியுள்ளது. இதே போன்ற பார்வை அற்ற ஒருவர் வன்னி பெருநிலப் பரப்பில் கனரக வாகனம் ஒன்றோடு மோதுண்டு மரணித்த சம்பவ மும் அமைந்திருக்கிறது.

பொதுவாகப் பயணிகளும் சாரதிகளும் விபத்துத் தொடர்பில் விழிப்புடன் இருக்கவேண்டியது அவசியமாகிறது. வலு இழந்தவர்கள் பொது போக்குவரத்து வாகனங்களை பயன்படுத்தி பயணிக்க உரித்துடையவர்கள். இதனை புரிந்துகொண்டும் உணர்ந்தும் கொண்டு செயல்ப்படுவது அனைவருக்கும் நன்மை தரும். இனிவரும் காலங்களில் போக்குவரத்துச் துறைசார்ந்து வலு இழந்தவர்கள் எதிர் கொள்கின்ற சவால்கள் குறைக்கப்படுவதற்கான காத்திரமான நடவடிக்கைகள் உரிய தரப்புக்களால் எடுக்கப்படுமென நம்புவோம்.

நன்றி

பிரதம ஆசிரியர்

திரு.க.தர்மசேகரம்

முடியும் என்பதே இலக்கு

"அரிது அரிது மானிடராய் பிறத்தல் அரிது

அதனிலும் அரிது கூன் குருடு செவிடு பேடு நீங்கிப் பிறத்தல் அரிது"

என்ற ஔவையின் மொழிக்கு ஏற்ப பிறத்தற்கரிய மானிடப்பிறவியிலும் குறைபாடுகள் நீங்கிப்பிறத்தல் என்பது மிகவும் அரிதெனப் படுகிறது. ஒவ்வொரு மனிதனும் தனது வாழ்வில் எத்தனையோ சவால்களை எதிர்கொள்ள வேண்டியுள்ளது. அத்தனைக்கும் முகம்கொடுக்கும் போதே அவன் தன்னை வளர்த்துக் கொள்கிறான். ஒவ்வொரு சந்தர்ப் பங்களிலும் புதிய அனுபவங்களை பெற்று வாழ்க்கையில் வெற்றிபெறுகிறான்.

பிரச்சினைகள் தோல்விகளுக்கு முகம் கொடுக்கத் துணிவில்லாதவர்கள் அதிலிருந்து நீங்குவதற்காக அசாதாரண முடிவுகளை மேற்கொள்ள எண்ணுகின்றனர். இதனால் "பிரச்சினைகள் அதிகரித்துக்கொண்டு போகுமேயின்றி முடிவுறாது." என்பதை இவர்கள் புரிந்து கொள்வதில்லை.

இது மனித இயல்பு இவ் இயல்பினை மாற்றியமைப்பதே இன்றைய காலத்தின் தேவையாகவுள்ளது. சராசரி மனிதனுக்கே இவ்வளவு துன்பமும் வேதனையும் இருக்கும் போது மாற்றுத்திறனாளிகளின் நிலை எவ்வாறு அமையும் என்பதை விளக்கவேண்டியதில்லை. சாதாரண மனிதர் ஒருமுறை தடுக்கி விழுந்தால் மாற்றுத்திறனாளர் பல முறை தடுக்கி விழுவார். அவ்வாறு அவர் விழுவதைத் தடுக்க முடியாது விட்டாலும் விழுந்தபின் தூக்கி விடுவதென்பதே எம்மில் பலருக்கும் ஒவ்வாமை ஏற்படுத்தும் விடயமென்பதும் கசப்பான உண்மையே.

எவ்வளவுதான் வீட்டுக்குவீடு, கிராமம், நகரம். பொது இடங்களிலும் விழிப்புணர்வு செயற்பாடுகள் முன்னெடுக்கப்படுகின்ற போதும் இன்னும் நம்மில் பலர் நிமிர்த்த முடியாதவர்களாகவே இருக்கின்றனர் என்பது வேதனைக்குரியதே. ஒட்டுமொத்தமாக எல்லோரும் அவ்வாறானவர்கள் அல்லர் குறிப்பிடத்தக்க சிலரே அந்த வகையினர்.

தமது வீட்டில் ஒருவர் உள்ளார் என்பதை வெளியில் கூற வெட்கப்படும் உத்தியோகத்தில் உள்ள சிலரை இன்றும் நாம் காணக் கூடியதாக உள்ளது. அதை கூறினால் சமூகத்தில் தமது அந்தஸ்து குறையும் என எண்ணுவதும் உண்டு. வீட்டினுள்ளே இருட்டறைகளில் முடக்கி வைக்கப்பட்டிருக்கும் இவ்வாறான மாற்றுத் திறனுடைய பிள்ளைகளை பலர்முன் உலவ விடுவதன் மூலம் அவர்களின் உள உடல் விருத்தியும் அடைவதுடன் தம்மை வெளிப்படுத்தவும் முனைவார்கள். இதன் தொடர்ச்சியாகச் சிறிய சிறிய செயல்களை செய்யவும் முன்

வருவார்கள். இவ்வாறானவர்களின் கூச்சம் பயம் என்பவற்றை போக்கிப் படிமுறையான வளர்ச்சிக்குக் கை கொடுப்பது பெற்றோர்களினதும் சமூகத்திலுள்ள அனைவரினதும் பொறுப்பாகும்.

இன்னும் சிலர் மாற்றுத்திறனாளிப் பிள்ளையை காட்டித் தெருத்தெருவாக பிச்சையெடுப்பதும் பல்வேறு சமூகசீர்கேடுகளுக்கு அவர்களை உட்படுத்துவதும் வீதிகளில் காணக்கூடியதாகவும் செய்திகளில் அறியக் கூடியதாகவும் உள்ளது. இந்தநிலை மாறுவதற்கு சமூகத்தில் உள்ள மற்றவர்களுடன் இவர்களும் ஒத்துழைக்கவேண்டும். சட்டம்

மட்டும் இதனை சீர்படுத்த முடியாது. சம் மந்தப்பட்டவர்களும் சேர்ந்து கொள்ளும் போது தான் ஒரு நல்ல நிலை உருவாகும்.

பிறப்பிலே (ஊனமடைந்தவர்கள்) குறை பாடுடையவர்கள் தமது ஒவ்வொரு கட்ட வளர்ச் சியிலும் பல பின்னடைவுகள் ஏமாற்றங்கள் தோல்விகள் என்பனவற்றை எதிர் கொண்ட வர்களாகையால், இவர்கள் தம்மை அவற்றுக் கேற்ற முறையில் இசைவாக்கிக் கொள்பவர்க ளாக இருப்பார்கள். இவ்வாறான வர்களை இலகுவில் வழிப்படுத்தமுடியும் இவர்களின் வேகம் குறைவாயினும் முன் னேற்றம் உறுதி யானதாக இருக்கும். கற்றுக் கொண்டவற்றை செயற்படுத்துவதில் திறமையிருக்கும்.

அடுத்து இடையிலே அதாவது பிறப்பினால் அல்லாமல் வேறுவகையில் (ஊனம்) குறை பாடாக்கப்பட்டவர்களை நோக்குவோமாயின் இவ்வாறானவர்களுக்கு முதன்மையான தேவை உளநலம் சீர்செய்யப்படுதலாகும். இவர்கள் பெருமளவில் உளப்பாதிப்புக்கு உள்ளானவர்களாகவும் வாழ்க்கையை வெறுப் பவர்களாகவும் பெரும்பாலும் காணப்படுவர். வெளிப்படையாகத் தெரியாவிட்டாலும் மன தளவில். இவர்கள் பலவீனமானவர்களாகவே யுள்ளனர். இவர்களை சாதாரண மனிதர்களின் ஆரோக்கியமற்ற பேச்சுக்களும் கிண்டல்களும் தற்கொலை வரை கொண்டு செல்லும் தன்மை கொண்டது.

எனவே இவர்களிற்கு முதல்தேவை உள நலம் தொடர்பான விழிப்பூட்டல் ஆகும். இதன் மூலம் இவர்களின் தன்னம்பிக்கையை வளர்க்க முடியும். பின்னர் இவர்களுக்கான கல்வி தொழில்வாய்ப்பு தொழிற்பயிற்சிகள் என்பன வழங்கப்படல் வேண்டும். அவர்க ளின் ஒவ்வொரு செயற்பாடுகளையும் தட்டிக் கொடுத்து ஊக்கமளிக்கும்போது அவர்களின் ஆளுமையும் விருத்தியடையும். தம்மாலும் இந்த சமுதாயத்தில் தலைநிமிர்ந்து வாழ முடியும் என்ற நம்பிக்கை பிறக்கும். இவர்களின் வாழ்வில் ஏற்படும் பிரச்சினைகள் தேவைகள் என்பவற்றை எவ்வளவு வேகமாக தீர்க்க முடியுமோ அவ்வளவு வேகமாக தீர்க்கப்பட்டால் அது அவர்களின் முயற்சியையும் ஆற்றலை யும் அதிகப்படுத்தும் இல்லையேல் இழுத்தடிப் புக்கள் என்பது இவர்களை சோர்வடைய செய்துவிடும். இதனைக் கருத்திற்கொண்டு மாற்றுத்திறனாளிகளை அவர்களின் இயலு மைக்கும் ஆற்றலுக்கும் ஏற்ற வகையில் ஊக்கப்படுத்தும் போது அவர்களின் மனதில் ஏற்படும் நம்பிக்கை மேலும் மேலும் வளரவும்

சாதிக்கவும் வேண்டும் என்கின்ற உத்வேகத்தை அவர்களுக்குள் ஏற்படுத்தும்.

எனக்குள் இருக்கும் ஆற்றலை நான் வெளிப் படுத்த முடிந்தால் உடனடியாக இல்லாவிட் டாலும் சிறிது சிறிதாகவேனும் பலர் எனக்கு உதவுவார்கள். நாட் செல்ல செல்ல என்னால் பெரிய முன்னேற்றமடைய முடியும் என்பதை மாற்றுத்திறனாளிகள் உணரவேணடும். எல்லாவற்றையும் அடுத்தவர் செய்யவேண்டு மென எண்ணக்கூடாது. முடியுமானவரை முயற்சிக்கவேண்டும். என்னால் இந்த உலகில் நன்றாக வாழவும் முடியும் என்பதை நிருபிக்க வேண்டும். மாற்றுத்திறனாளிகளுக்குக் கை கொடுக்கும் அனைவரும் மனிதருள் புனிதராய் மதிக்கப்படுவர். ஊனத்தை மாற்றுத்திறனால் வென்றால், முடியாது என்று ஒன்றில்லை முடி யும் என்பதே மாற்றுத்திறனாளிகளின் இலக் காக வேண்டும்.

செல்வி இரத்தினம் மோகனகலா

நெல்லியடி

இது, 2016 சர்வதேச மாற்றுத் திறனாளிகள் தினத்தை ஒட்டி கருவி மாற்றுத் திறனாளிகள் சமூக வள நிலையம் நடத்திய கட்டுரைப் போட்டியில் பரிசு பெற்ற ஆக்கம்.

இயலாமையுடன் கூடிய நபர்கள் அல்லது மாற்றாற்றலுடையோர் என்பவர் ஐந்து வகை களாக பிரிக்கப்பட்டுள்ளார்கள்.

I. பௌதீக (புலன் உறுப்புக்கள்) குறைபாடு உள்ளவர்கள்
II. மனவளர்ச்சி குறைபாடு உள்ளவர்கள்
III. இயங்கு உறுப்புக்கள் பாதிக்கப் பட்டவர்கள்
IV. பல்வகைக் குறைபாடு உடையவர்கள்
V. கற்றல் குறைபாடு உடையவர்கள்

தண்டுவடப் பாதிப்பும் பராமரிப்பும்

இந்த ஐந்திலும் பல்வகைக்குறை பாடுகள் மற்றும் இயங்கு உறுப்புக்களின் குறைபாடு கள் என்பவற்றில் முள்ளந்தண்டு வடம் பாதிக் கப்பட்டவர்களை வைக்கமுடியும். ஆனா லும் இவர்களில் சிலர் படுக்கையில் வைத்து பாராமரிக்க வேண்டியவராயும் உள்ளனர். எனவே இவர்களைத் தனியொரு வகை யினராக் கொண்டு அது பற்றிய அறி வை பெற்றுக்கொள்ளுதல் சிறப்பானதாகும்.

மனிதமூளை *1.45*kg எடை உள்ளது. இது மூன்று பிரிவுகளை உடையது முன்மூளை, நடுமூளை, பின் மூளை எனப் பிரிக்கப்படுகி றது. பின் மூளையின் நீட்சியே முண்ணான் ஆகும். மூளை தலையோட்டுக்குள் பாதுகாக் கப்படுவதைப் போலக் கோர்வையாகப் பொருத் தப்பட்டுள்ள 31 எலும்புக்குள் முண்ணான் பாதுகாப்பாக உள்ளது. முதலாவது எலும் பில் தலை தாங்கப்பட்டுச் சுழலக் கூடியதாக வும் உள்ளது. இரண்டாம் எலும்பின் உட்பக் கம் முண்ணானைத் தொட்டுக்கொண்டிருக்கி றது. இதில் பாதிப்பு ஏற்பட்டால் மரணம் சம்பவிக்கும். தூக்குப்போடுதல் பிரடியில் தாக்கப் படுதல் என்பவற்றால் இத்தகைய இறப்புக்கள் சம்பவிக்கும்.

உடல் முழுதும் பல km நீளமான நரம்பு மண்டலம் உள்ளது. இவை இரண்டு கற்றை களாக முண்ணானைச் சேருகின்றன. வலது புறக் கற்றை இடதுபுற மூளையும் இடதுபுறக் கற்றை வலதுபுற மூளையையும் சேரும் 20% இலும் குறைவான கற்றைகளே முகத்திற் குச் செல்லும். பொதுவாக மூளையில் 20% இலும் குறைவான பகுதியே சராசரி மனிதரால் பாதிக்கப்படுகிறது.

போரின்போது குண்டடிபடுதல் உயரத்தில் இருந்து விழுதல் வீதி விபத்துக்கள் துணி கரவிளையாட்டுக்களின் போது அடிபடுதல் மற்றும் மூளையின் பகுதிகள் செயலிழத்தல்

(பாரிசவாதம்) நோய் முதலிய காரணங்களால் முண்ணான் பாதிக்கப்படுகிறது. மூளை முண் ணான் என்பவை விசேட நரம்புக் கலங்களினால் ஆக்கப்பட்டவை இவை புதுப்பிக்கப்பட இயலா தவை.

மேலே சொல்லப்பட்ட காரணங்களினால் ஒருவரின் செயல்திறன் பாதிக்கப்படலாம். இதில் செயற்படுகின்ற மூளையின் கலங்களே பாதிக்கப்படும். இயன் மருத்துவப் பயிற்சி கொடுப்பதன் மூலம் நல்ல நிலையிலுள்ள மூளையின் ஒரு பகுதியை செயலூக்கம் பெற வைக்க முடியும். இதனால் முள்ளந் தண்டு வடம் பாதிக்கப்பட்டவரை ஓரளவிற்கு செயலூக்கம் உடையவராக செய்யவும் முடியும்

முள்ளந்தண்டு வடம் முன்னர் சொல்லப்பட்ட ஒரு காரணத்தால் பாதிக்கப்படும் போது முறை யாக முதலுதவி செய்யப்பட வேண்டும். அம் புலன்ஸ் வாகனமே சிகிச்சைக்காக எடுத்துச் செல்லப் பொருத்தமானது. ஓட்டோ முதலியவை பாதிப்பை மேலும் அதிகரிக்கச் செய்துவிடும். மருத்துவமனையால் விடுவிக்கப்பட்டபின் பாதிக்கப்பட்டவர் செயலிழப்புக்களோடு வீட்டிற்கு வந்தபின் படுக்கையில் வைத்து பராமரிக்க வேண்டியிருக்கும். சரியான முறையில் பரா மரிக்கப்படாத நோயாளிக்கு படுக்கைப்புண் வர வாய்ப்புண்டு.

இவ்வாறு பாதிக்கப்பட்டவர்கள் எழுந்து உட் காருவதில் சிரமம் இல்லாதவராக இருந்தால் சுய நடமாட்டத்திற்கு சக்கரநாற்காலியோ மூன்று சக்கர சைக்கிளோ பாவிக்கமுடியும். அவருக் குச் சில பயிற்சிகள் கொடுத்து சுய தொழில் செய்யும் அளவிற்கு முன்னேற்ற முடியும். ஒரு சிலர் கல்வியைத் தொடர்ந்து (வேலை) உத்தியோகங்களிலும் இருப்பதைக் காணலாம். செரிபிரல் குறைபாட்டினால் அசைவு அங்கங்கள் பாதிக்கப்பட்டவரை முள்ளந்தண்டு வடம் பாதிக் கப் பட்டவரோடு ஒப்பிடமுடியாது.

தண்டுவடம் பாதிப்பு மூளையின் செயற் பாடுகளோடு சம்மந்தப்பட்டது என்பது முன்னரே குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது. சிலர் இப்பாதிப்புக்களோடு ஒரு காலையும் இழந்திருக்கலாம் அப்படியான ஒருவர் தமது காலில் கடிக்கிறது என்று சொல்லு வதையும் பதிவுசெய்திருக்கிறார்கள். இது அவர் மூளையிலுள்ள பதிவுகளின் அடிப்படையில் வருவதொன்றாகும்.

முள்ளந்தண்டு என்புகள் ஒன்றன்மேலொன்று அசையக்கூடியதாக இருக்கும் சில வேளைக ளில் இந்த அசைவு நிலை யும் பாதிக்கப்படக் கூடும் இவர்களால் சுய நடமாட்டம் இயலாத தாக இருக்கும் சில குழந்தைகள் பிறப்பிலேயே தண்டுவடத்தில் பாதிப்புடையவராயும் இருத்தல் கூடும். இக் குழந்தைகளால் படுக்கையிலிருந்து தலையை நிமிர்த்த இயலாது. இக் குழந்தைகள் மரணிப்பதற்கான சாத்தியங்களே அதிகம் இன்னும் தண்டுவடத்தில் ஏற்படும் புற்று நோயாலும் நோயாளி செயலிழந்து போவதுண்டு.

இலங்கையில் தொடர்ந்த போரினாலும் குறிப்பாக இறுதிக்கட்ட யுத்தத்தின்போதும் ஏராளமானவர்கள் தண்டுவட பாதிப்பினால் அவதியுறுகிறார்கள். அவர்களுக்கான முறை யான சிகிச்சை வசதிகள் அரிதாகவே கிடைக் கின்றன. மோட்டிவேசன் லங்கா வவுனியா ஆதார வைத்தியசாலையுடன் இணைந்து இவர்களுக்கான சிகிச்சை வசதியை முன் னெடுத்துள்ளது. மட்டுப்படுத்தப்பட்ட அளவி லேயே சேவைகள் வழங்கப்பட்டு வருகின்றன.

தண்டுவடம் பாதிக்கப்பட்டவர்களும் சக மனிதர்களைப்போல வாழும் உரிமையுடைய வர்கள் அவர்களுக்கான உதவிகளை நியா யமான முறையில் பெற்றுக்கொள்ள ஆவன செய்யப்படவேண்டும். ஏனைய மாற்றுத் திறனாளிகளைப் போலவே இவர்களும் தமது அன்றாடத் தேவைகளை ஓரளவிற்காவது தாமாகவே நிறைவேற்றிக்கொள்ள மனித நேயம் கொண்டவர்கள் முன்வரவேண்டும்.

சு. சிவராசா
கொக்குவில்

இது, 2016 சர்வதேச மாற்றுத் திறனாளிகள் தினத்தை ஒட்டி கருவி மாற்றுத் திறனாளிகள் சமூக வள நிலையம் நடத்திய கட்டுரைப் போட்டியில் பரிசு பெற்ற ஆக்கம்.

சிகரம்

இன்று சனிக்கிழமை. எனது வேலை முடிந்து 11/2 நாள் விடுமுறையில் வீட்டிற்குப்போக பேருந்தைப் பிடிப்பதற்காக வவுனியா பேருந்து நிலையத்தில் காத்திருக்கிறேன். நிறையப் பேர் பருத்தித்துறைப் பேருந்திற்காக காத்திருக்கின்றார்கள்.

ஒரு காலில்லாத சண்முகம் ஐயா போல இருக்கே! அவரும் பருத்தித்துறை போகக் காத்திருக்கின்றார் போல் அவர் முன்பு முல்லைத்தீவிலிருந்தவர் இந்த நாட்டு அதாவது முள்ளிவாய்க்கால் பிரச்சினைகளுக்குப் பிறகு ஒரு காலை இழந்ததுடன் மனைவி இரண்டு பிள்ளைகளையும் இழந்து தவித்து உயிர்தப்பிய ஆனால் கையில் பல காயங்களோடு போராடிய தன் மகளையும் வாரி அணைத்தபடி சென்று பருத்தித்துறையில் தஞ்சமடைந்துவிட்டார். அவர் முகமெல்லாம் வாடி கன்னங்களைத் தாடி மூடியிருந்ததினால் உடனே அவரை இனங்காண முடியவில்லை. கையில் ஒருபை யுடன் என்னைக் கண்டதும் முகம் மலர புன்ன கைத்தபடி.

"தம்பி மதன் எப்படியிருக்கிறாய்?" என் னைப் பார்த்துக்கேட்டார். நான் பதிலுக்கு "சுகமாயிருக்கிறேன். நீங்கள் எப்படி சண்முகம் ஐயா? ஏதோ இருக்கிறன் தம்பி காவடியைத் தூக்கிட்டன். இயலாத காலோடை காவடியை இறக்கும் வரை ஆடத்தானே வேண்டும் தம்பி பிறந்திட்டம் இந்த உலகில் வாழும் வரை வாழ்ந் திட்டுப் போவம் தம்பி" என்று கரகரத்த குரலில் கூறினார்.

என்ன ஐயா இப்படி சோகமாய் இல்லை தம்பி...ம்... பேருந்து வருகுது போல இங்கு இருக்கைகளைப் பிடிப் பதற் காக ஒருவரை ஒருவர் இடிபட்டுத் தள் ளுப்பட்டு ஏறுகின்றனர். நானும் ஏறிப் பேருந்தின் ஜன்னல் கரைப்பக்கம் அமர்ந்து கொண்டேன்.தம்பி மதன் எனக்கு ஒரு இடம் பிடி தம்பி நான் ஆறுதலாக ஏறி வாறன். அதுல இந்தப் பையை வை தம்பி எனக்கூறிவிட்டு இறுதியாகத்தான் சண்முகம் ஐயாவால் பேருந் தில் ஏறிவர முடிந்தது.

முன்பு ஒரு காலம் சண்முகம் ஐயா என் றால் ஊரில் எல்லோருக்கும் தெரியும்.அவ ரைத் தெரியாதவர்களே இல்லை. ஊரில் எந்த நல்லதோ கெட்டதோ எது நடந்தாலும் அங்கு முன்னுக்கு நிற்பார். கல்யாணவீடு சாமத்தியவீடு குழந்தைக்குச்சோறூட்டுவது தோடுகுத்துவது என ஓடியோடி முன்னுக்கு நிண்டு வேலை- யைச் செய்வார். ஆனால் இப்ப இவரது உடல் நிலை இடம் கொடுக்காமையும் ஒரு கால் இல் லாமல் ஊன்றுகோலுடனும் மெலிந்து

களைத்து பேருந்தில் ஏறமுடியாமல் தவித்துக் கொண்டிருந்தார். ஒருவாறாக ஏறி எனக்கருகில் அமர்ந்து கொண்டார் சண்முகம் ஐயா பேருந்து புறப்பட்டது.

தம்பி நான் ஒரு கல்யாணத்தரகரிடம் போய் வாறன் தம்பி என்ர மகள் கயல்விழிக்கு மாப் பிள்ளை பார்க்கின்ற அலுவலாகத்தான் அவ ளுக்கும் வயசு வந்திட்டுது எப்படியாவது கட்டி வைச்சிடனும் எண்டுதான் நாளாந்தம் முயற்சித் துக்கொண்டிருக்கிறன் ஏராளமாக ஜாதகக் குறிப்பு பார்த்திட்டன் தம்பி எதுவுமே சரிவரல அவளுக்கும் செவ்வாய்க்குற்றம் கூட இல்லை தம்பி ஆனால் கையில் விரல் இல் லாத படியால் கொஞ்சம் பின் நிற்கிறாங்கள் என்ன பண்ண எல்லாம் கடவுள் செயல்.

அவள் செய்கிற உத்தியோக வேலை எல் லாம் கணணியில் தான் தம்பி அவளுக்கு சின் னதாக ஒரு உத்தியோகம் பார்க்கிற மாப்பிளை யைத்தான் செய்து வைக்கணும். அது தான் மாப்பிளை தேடுறதும் கஸ்ரமாயிருக்கு தம்பி. இந்தப் பிரச்சனைகளுக்குள்ளான தப் பிப்பிழைச்சு இடம்பெயர்ந்து இப்படியே அலைஞ்சு எல்லாம் இழந்து இதுகளை விட ஒரேநாளில் ஒரு செல்லில் எல்லோரும் ஒன் றாய்ப் போய்ச் சேர்ந்திருக்க லாம் தம்பி கொஞ்ச நேரம் மௌனமாயிருந் தோம்.

சண்முகம் ஐயா எது நடக்குமோ அது நன்றா கவே நடக்கும். எதற்கும் யோசிக் காதையுங்கோ - ஓம் தம்பி நல்ல இடத்தில ஒரு பையன் கிடைத் தால் அது எனக்கும் நிம்மதியாயிருக்கும். என்னதான் விரக்தி யோட, வைராக்கியமாக வாழ்ந்தாலும் துன்பங்கள் துயரங்கள் யாரையும் வைக்காது தம்பி.

தன் மனதை கல்நெஞ்சமாக்கிக் கொண்டி ருந்தார். அவர் கண்கள் செக்கச் செவேலன சிவந்தது. முகம் இருண்டு நா வறண்டு கொடு மையான துயரை வெளிக்காட்டியது. தனது பொக்கெற்றில் மடித்து வைத்திருந்த கைக்குட் டையால் கண்களைத் துடைத்துக் கொண்டார். நேரமும் வாகனமும் ஒரே வேகத்தில் ஓடிக்கொண் டேயிருந்தது. மனம் மட்டும் ஓரிடத்தில் புதைந்து போய் நின்றது.

பேருந்து இப்போது பளையை நோக்கி போய்க்கொண்டேயிருந்தது. தலையிழந்த பனை மரங்களும் தென்னை மரங்களும் சோபை யிழந்து காணப்படுகின்றது. பனங் கூடல்களும் தென்னந்தோப்புக்களும் வெறிச் சோடிப்போய்க் காணப்படுகின்றன. இப்படி யான சூழலில் சண்முகம் ஐயாவும் அவர் குடும்பமும் எப்படித் துன்பப்பட்டார்களோ. என் மனம் தவித்தது.

எமது பேருந்து முன் செல்லும் பேருந்தை முந்திக்கொண்டு இரண்டு பேருந்தும் போட் டியில் செல்கின்றது. தம்பி இந்தப் பேருந்து எங் கையும் நிற்காது போல நிப் பாட்டினால் ஒரு தேத்தண்ணி எண்டாலும் குடிக்க லாம். இல்லை ஐயா இப்போதைக்கு நிற்க மாட்டுது. இந்தாங்கோ தண்ணியிருக்கு குடியுங் கோவன். இல்லை தம்பி என்ர பையிலயும் தண்ணியிருக்கு அதைக் குடிக்கிறன் தம்பி வையுங்க. பசிக்கிற போலிருக்கு அதான்.

தம்பி போன மாதமும் ஒரு சம்மந்தம் சரி வந்தது தம்பி எல்லாம் பொருந்தி 15லட்சம் காசு வீடு நகை எல்லாம் கேட்டவை எப்படியும் யாரி டமாவது கடன் பெற்றாவது செய்வம் எண்டு தான் முயற்சித்தனான்.

எனக்கு கிளிநொச்சி பாரதிபுரத்தில் கொஞ்ச ஏக்கர் காணியிருக்கு அதை ஈடு வைச்சோ விற்றோ இவளுக்கு கல்யாணத்தை முடிப்பமென் றிருந்தன். ஆனால் அந்தக் காணிக்குள்ள இராணுவ முகாம் தம்பி. என்ன செய்ய.

நல்லூரில வைத்து பொண்ணு பார்த்திட்டுப் போனவை. பிறகு சொல்லுறம் என்றிட்டு "பிறகு எங்க தம்பி". எல்லாம் ..பின்னாடிதான் தெரிஞ்சுது தம்பி அவன் யாரையோ காதலிச்சு ஏமாற்றினவன் எண்டு "அதை விடுவம் தம்பி நடப்பவை அனைத் தும் நன்மைக்கே".

பேருந்து மெது மெதுவாக ஊர்ந்து கொண் டேயிருக்கின்றது. வீதியோரமெல்லாம் அதிக சன நடமாட்டம். எப்போதும் போலவே என் மனசும் பழையதை நினைத்து கலங்கியது. என் மனம் இப்படியென்றால் சண்முகம் ஐயாவின் மனம் எப்படி? அவரைப் பார்க்கிறேன் அவர் மௌன மாகவும் அதேவேளை களைத்துப்போயும் இருந்தார். அவருக்கு உற்சாகமூட்டும் வகை யில் பேசவேண்டும் என நினைத்துக்கொண்டு "என்ன ஐயா" கடுமை யாகக் களைத்துப் போனீங் கள் போல. எதற்கும் பலன் வரும் ஐயா. துவண்டு போய் கைவிடாதீர்கள். முயன்று கொண்டே யிருங்கள் வெற்றி நிச்சயம் ஐயா என்றேன்.

இல்லை தம்பி அவள் சொல்லிப் போட்டாள்

இனி எனக்கு மாப்பிள்ளை பேசிவர வேண்டாம். எனக்கு இனி கல்யாணமே வேண்டாம். இப்படியான கல்யாணம் தேவையா? அப்பா…இனி கோயில் குளம் எல்லாத்திற்கும் முற்றுப்புள்ளி வைக்கிறன் என்று சொல்லிப் போட்டாள். அதோட என்ர மனசில தம்பி இடி விழுந்ததுபோல இருக்கு எனக்கும் சங்கடமாய் போய்விட்டது.

பேருந்து பருத்தித்துறையை அண்மித்தது இருவரும் இறங்கி அவரவர் விடைபெற்று சென்றோம்.

இரண்டு மாதங்களின் பின் சண்முகம் ஐயாவை பருத்தித்துறை இலங்கை வங்கியில் தற்செயலாகச் சந்தித்தேன்.

என்ன சண்முகம் ஐயா. இன்றும் கல்யாண மாலைக்கா ..என்று கேட்டேன்.என் அருகில் வந்தார்.தம்பி சந்தோசமான விசயம். உங்களை அதற்குப் பிறகு காணேலைத் தம்பி. போன மாதம் சம்மந்தக் கலப்பு முடிஞ்சுது தம்பி சீதனம் எதுவும் வேண்டாம்.உங்கட மகளை மட்டும் தாங்கோ என்று "இவளோட படித்த ஒருவன் விரும்பி வந்து கேட்டார்.நானும் சம்ம திச்சுட்டன். வருகிற ஆவணி மாதம் தாலி கட்டு தம்பி. உண்மையாகவா ? மிகச் சந்தோசம் ஐயா" ஆனால் உங்களுக்கு வயது போயிற்று தனியாக நிற்கப்போறீங்கள் எதற்கும் கவனம் என்றேன்.

இல்லை தம்பி இன்னும் பத்து மாதம் தானே தனித்திருப்பன். பின் பேரனோ பேத் தியோ எனக்கு உதவிக்கு என்ர மகள் ஒரு ஜீவனை தந் திடுவாள் என்றார்.

சரி ஐயா! சந்தோசம் போயிற்று வாறன் என்று புறப்பட்டேன்..என் மனதுக்குள் அந்த உத்தமனை நினைத்து பெருமைப்பட்டுக் கொண்டேன். உண்மையில் கை ஊனமுற்ற ஒரு பெண்ணுக்கு வாழ்வு என்ற வசந்தத்தைக் கொடுத்த அந்த உத்தமன் உண்மையில் அவன் தான் மனிதன். பண்பின் சிகரம், ஏழைகளின் தோழன், நட்புக்கும் காதலுக்கும் இலக்கணம் கொடுத்தவன் உண்மையில் ஆண்பிள்ளை அவன்தான். (யாவும் கற்பனை)

- மதனரூபி, அல்வாய்

இது, 2016 சர்வதேச மாற்றுத் திறனாளிகள் தினத்தை ஒட்டி கருவி மாற்றுத் திறனாளிகள் சமூக வள நிலையம் நடத்திய சிறுகதைப் போட்டியில் பரிசு பெற்ற ஆக்கம்.

இது ஒரு கவிதைப் பார்வை.

பாரசீகக் கவிஞன் உமர் கயாம்.

பாரசீகம்தான் இன்றைய ஈரான் நாடு. ஒரு கூடாரம் தைப்பவனின் மகனாகப் பிறந்தவர் உமர். கவிதை, கணிதம், ஜோதிடம், வானவியல் என பல துறைகளில் மாற்றத்தை அறிந்து வெற்றி பெற்றவர். அதற்குக் காரணம், எதையும் ஈடுபாட்டுடன் செய்ததுதான். போதையின் மயக்கத்தில் எழுதிய அவரின் கவிதைகள் எல்லோரையும் மயங்கச் செய்தன.

'பானை பேசுகிறது' என்கிற தலைப்பில் ஊனமுற்றவர்களைப் பற்றி அவர் எழுதிய சிறிய கவிதை. எத்தனையோ பானைகளை குயவன் செய்கிறான். அவற்றுள் நல்லவற்றைத் தேடி வாங்கிச் செல்கின்றனர். சில பானைகளை வளைந்திருக்கிறது, நெளிந்திருக்கிறது, ஓட்டையாக இருக்கின்றது என்றெல்லாம் சொல்லி ஒதுக்கி வைத்துவிடுகின்றனர். அப்படி ஒதுக்கி வைக்கப்பட்ட ஒரு பானை பேசுகிறது.

வளைந்தும்
நெளிந்தும்
உள்ளதென்று
விலகிப் போகின்றார்கள்
அந்த நாள்
குயவன் செய்த பிழைக்கு
நான் என்ன செய்வேன்?

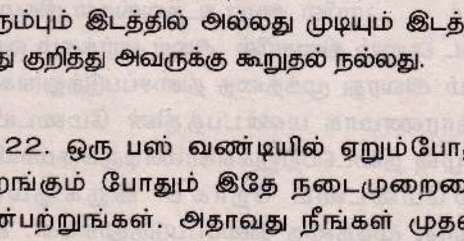
என்று அந்தப் பானையின் ஏக்கத்தை வெளிப்படுத்தியுள்ளார். இது பானையின் ஏக்கம் மட்டுமல்ல, ஊனமுற்றவர்களின் ஏக்கத்தையும் இந்தப் பானையின் வழியாக உமர் கயாம் பதிவு செய்துள்ளார்.

(கடந்தவாரத் தொடர்ச்சி....)

21. அவ்வாறு ஏறும்போது அல்லது இறங்கும்போது ஒவ்வொரு தடவையும் படி படி என கூறிக்கொண்டிருக்கத் தேவையில்லை. ஆனால் முன்னால் செல்லும் நீங்கள் படிக்கட்டுக்கள் திரும்பும் இடத்தில் அல்லது முடியும் இடத்தில் அது குறித்து அவருக்கு கூறுதல் நல்லது.

22. ஒரு பஸ் வண்டியில் ஏறும்போதும் இறங்கும் போதும் இதே நடைமுறையைப் பின்பற்றுங்கள். அதாவது நீங்கள் முதலில் ஏறுங்கள் அல்லது இறங்குங்கள். பஸ் வண்டியில் படிக்கட்டின் கைப்பிடியை பிடித்துக் கொள்ள உதவுங்கள்.

23. பஸ்வண்டியில் ஏறியவுடன் உடனடியாக அவரது கரத்தை வண்டியின் மேல் கம்பியை பிடித்துக்கொள்ள உதவி செய்யுங்கள். இது அவர் தடுமாறாது நின்றுகொள்வதற்கு உதவி செய்யும்.

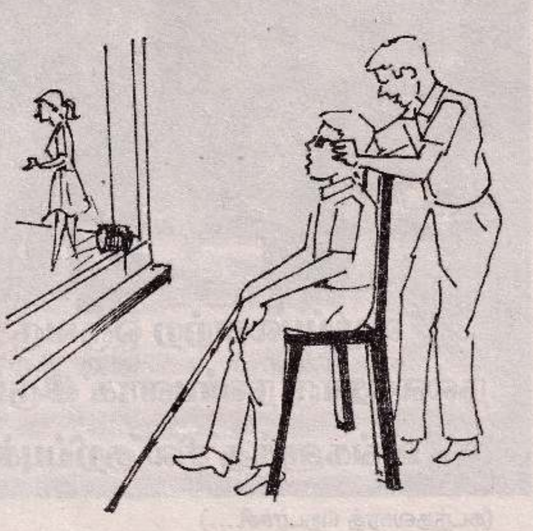


24. அவ்வாறு நின்றுகொண்டே பின்னாலே (இக்குறிப்புத்தாளின் 7வது குறிப்பில் சொல்லப்பட்டுள்ள படி) ஆசனத்தில் அவரை அமரச் செய்யுங்கள். இயலுமான எல்லா சந்தர்ப்பங்களிலும் சாரதி நடத்துனர் சக பிரயாணிகள் ஆகியோரின் உதவியை பெற்றுக்கொள்ள தயங்க வேண்டாம்.

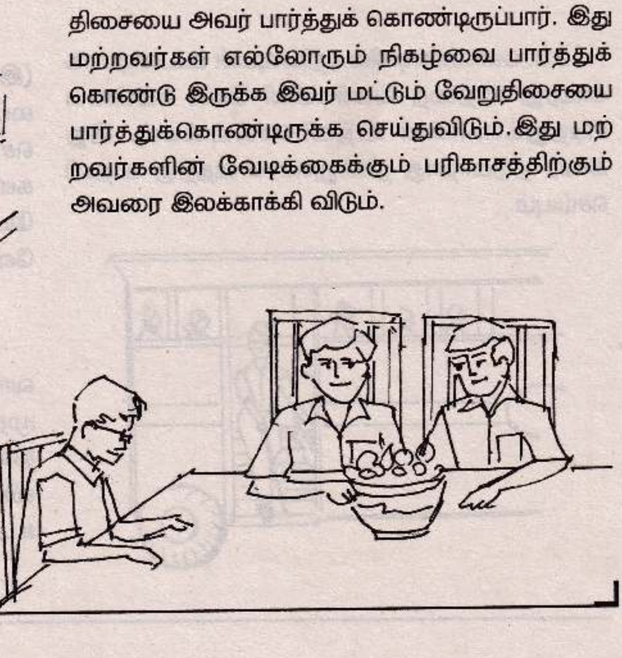
25. கார் வான் போன்ற உயரம் குறைந்த வாகனங்களில் விழிப்புலனற்றவர் ஏறும்போது முதலில் அவரது கைகளில் ஒன்றை வாகனத்தின் ஏறும் கதவுக்கு மேலாகவுள்ள கூரையின் விளிம்பில் வைக்கவும். இது அவர் வாகனத்தின் உயரத்தை கணித்துக்கொள்ள உதவும். இதனால்

அக்கூரையில் தலையை இடித்துக் கொள்ளாமல் வாகனத்தினுள் அவ ரால் ஏறமுடியும்.

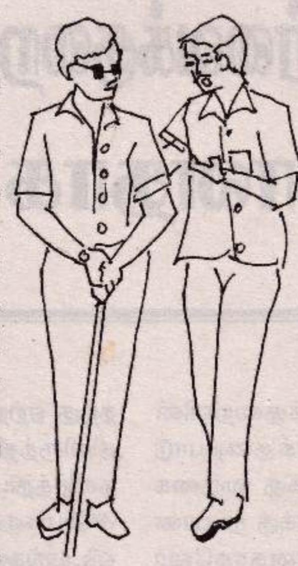
26. புகைவண்டி பெட்டிக்குள் ஒரு விழிப் புலனற்றவரை ஏற்றும்போதும் இறக்கும் போதும் மிக்க அவதானம் தேவை. ஏனெனில் புகையிரத பெட்டிக்கும் மேடைக்கும் இடையில் எப்போதும் ஓர் இடைவெளி இருக்கின்றது. ஆகவே புகைவண்டியில் அவரை ஏற்றுவதற்கு அழைத்துச்செல்லும்போது புகைவண்டிக்குச் செங்குத்தாக 90 பாகை கோணத்தில் அவரை அழைத்துச் செல்லுங்கள். சரிவான கோணத்தில் அழைத்துச்சென்றால் மேடையின் விளிம்பில் காலை வைத்து அவர் விழுந்து விடக்கூடும். பெட்டியை அண்மித்ததும் ஒரு கணம் தரித்து நில்லுங்கள். பின்னர் முதலில் நீங்களே உள்ளே ஏறுங்கள். உள்ளிருந்தவாறு விழிப்புலனற்ற வரை தனது இடது பாதத்தை மெதுவாக மேடை விளிம்பை நோக்கி முன்னே நகர்த்தி வருமாறு கூறுங்கள். அவர் மேடை விளிம்பை இடது பாதத்தால் இனங்கண்டவுடன் அவரது வலது கையை பிடித்து பெட்டியின் கைப்பிடியில் வையுங்கள். இடது பாதத்தை பலமாக ஊன்றிக் கொண்டு கைப்பிடியை பிடித்தவாறு வலது காலை பெட்டியின் படியில் தொடும்வரை நீட்டு மாறு செய்யுங்கள். பாதம் படியை தொட்டவுடன் அவர் இலகுவாக பெட்டிக்குள் ஏற முடியும்.



27. நிகழ்வு ஒன்று நடைபெறும் மண்டபத் திற்குள் விழிப்புலனற்ற ஒருவரை அழைத்துச் சென்றால் (முதலில் இக்குறிப்புக்களில் 7 ஆவது குறிப்பில் கூறியுள்ள வண்ணம்) அவ ரைக் கதிரையில் அமர உதவுங்கள். நிகழ்ச்சி நடை பெறும் திசையில் அவர் பார்க்கும் வண் ணம் அவரது முகத்தை திசைப்படுத்துங்கள். உதாரணமாக மண்டபத்தின் மேடையில் நிகழ்வு நடைபெற்றுக்கொண்டிருக்குமாயின் அம்மேடையை நோக்கி இருக்குமாறு அவரது முகத்தை திசைப்படுத்துங்கள். இல் லையெனில் நிகழ்வு மேடையில் நடந்து கொண்டு இருந்தாலும் பக்கவாட்டில் ஒலி பெருக்கி பெட்டியில் இருந்து சத்தம் வரும் திசையை அவர் பார்த்துக் கொண்டிருப்பார். இது மற்றவர்கள் எல்லோரும் நிகழ்வை பார்த்துக் கொண்டு இருக்க இவர் மட்டும் வேறுதிசையை பார்த்துக்கொண்டிருக்க செய்துவிடும். இது மற் றவர்களின் வேடிக்கைக்கும் பரிகாசத்திற்கும் அவரை இலக்காக்கி விடும்.



28. பலர் கலந்துகொள்ளும் கலந்துரையாடல் போன்ற நிகழ்வு ஒன்றில் விழிப்புலனற்ற ஒருவர் கலந்துகொண்டால் அங்குள்ள அனைவரையும் அவருக்கு அறிமுகம் செய்து வையுங்கள். கலந்துரை யாட லில் கலந்து கொள்ளும் அனைவ ரும் சுய அறிமுகம் செய்தால் இதற்கு பேருதவியாக இருக்கும். அவ்வாறு நடைபெறவில்லை எனில் நிகழ்வுக்கு இடையூறு இல்லாத வகையில் மெதுவாக அங்குள்ளவர்களை பற்றி அறிந்த வரையில் கூறிவையுங் கள். இது அவரும் அந் நிகழ்வில் நிர்ப்பயமின்றி கலந்து கொள்ள உதவும்.



29. ஒரு விழிப்புலனற்றவரை முதன்முத லில் சந்திக்கும்போது அவரோடு உரையாட விரும்பினால் அவர் பற்றி விபரங்களை முதலில் கேட்பதற்கு பதிலாக உங்களை முதலில் சுருக்கமாக அறிமுகப்படுத்துங்கள். பின்னர் அவர் தன்னைத்தானே அறிமுகப்படுத்திக்கொள்வர்.

30. ஒரு விழிப்புலனற்றவரை முதல்முதலாக சந்தித்து கலந் துரையாடும்போது அவரது விழிப்புலன் இன்மை பற்றியும் அதற்கான காரணத்தை பற்றியும் அதனால் அவர் எதிர்நோக்கும் இடர்பாடு பற்றியும் சரமாரியாக கேள்வி கேட்பதை விட்டு விடுங் கள். இது அவருக்கு மிக்க மன வேதனையை உண்டு பண்ணுவ தாக இருக்கலாம். அவராக அது பற்றி கூறினால் செவிமடுத்து கேளுங்கள்.

ஆக்கம் : வே. சுப்பிரமணியம்
B.A.(Hons) Dip in EDU MET
தலைவர், மாவட்ட வலுவிழந்தோர் புனர் வாழ்வு நிறுவனம், வவுனியா

படங்கள்: மா. சிவதாசன் (பொறுப்பாசிரியர்)
"தனு ஆட்" நிறுவனம்.

கருவி மாற்றுத்திறனாளிகளின் சமூகவள நிலையத்தினரால் Shine திரவ சலவை சவர்க்காரம் உற்பத்தி செய்யப்பட்டு சந்தைப்படுத்தப்பட்டு வருகின்றது. சந்தையில் போலிகள் உலாவுவதால் கொள்வனவு செய்யும் போது Manufactured & Distributed by:-Karuvi Centre for Social Resource of Differently Baled 1166/15, Arulampalam Lane, Nallur North,Jaffna.
Tel:- 94212054229/0777158329 email:-karuvi.pro@gmail.com Regd:-GL2262 என்று போத்தலில் பொறிக்கப்பட்டுள்ளதா ? என்பதை பார்த்து வாங்கவும்.

உங்கள் வீடு பார்வைக்குறைவானவர்களுக்கு அணுக்கமானதாக உள்ளதா?

வயதுடன் ஏற்படும் பார்வைக்குறைவின் பின்னராகவோ அன்றி பார்வைக்குறைபாடுடைய விருந்தினர் நம் வீடுகளுக்கு வருகை தரும் போதோ, நம்வீடு அவர்களுக்கு நட்பானதாகவோ அல்லது அணுக்கமானதாகவோ பெரும்பாலும் அமைந்திருப்பதில்லை. அவ்வாறு அணுக்கமானதாக அமையாததன் காரணமாக பல உள அசௌகரியங்களுக்கும் உடல் காயங்களுக்கும் உள்ளாக நேரிடுகின்றது. ஆசையாககட்டிய வீடு பார்வைக்குறைவின் பின்னர் வாழ்வதற்கு அசௌகரியமானதாக தோன்றுவது எதனால்? அழகியலுக்கு முன்னுரிமை கொடுத்து அமைக்கப்படும் வீட்டில் பார்வைக்குறைபாடு உள்ளவர்களும் வாழ்வதற்கு ஏற்றவகையில் சில அம்சங்களை மனத்திலிருத்தினால் வேண்டாத விளைவுகளை தவிர்த்திட முடியு மல்லவா? புதிதாக வீடுகள் அமைக்கும்போது நாம் கவனிக்கவேண்டிய சில விடயங்களை இப்போது கவனிப்போம்.

பார்வைக்குறைபாடுடைய அங்கத்தவர் பயன்படுத்தும் பகுதி வழுக்கும் தரை அமைப்பு அற்றதாக இருத்தல் சிறப்பு. பார்வைகுறைந்தவர்களை ... களை இலகுவில் இனங்காணத்தக்க வகையில் வர்ணத்தை தேர்வு செய்தல் நன்று. நில மாபிள் நிறத்திலிருந்து படி மாபிள் நிறத்தை கடும் நிறமாகவோ அன்றி வேறு நிறத்திலோ அமைத்துக்கொள்ளல் சிறப்பு. தரைமட்டங்கள் வெவ்வேறு தளங்களில்

அமையும்போது அவற்றை இலகுவில் இனங் கண்டு தம்மை நிலைநிறுத்திக் கொள்ளும் வகையில் நிறத் தேர்வுகளை செய்தல் வேண்டும். அல்லது ஒரு தளத்தின் முடிவை கடும் நிறத்தில் கோடிட்டுக் காண்பித்தல் சிறப்பு.

சுவர்களிலிருந்து கதவுகளை இலகுவில் இனங்காணக்கூடிய வகையில் நிறத் தெரிவுகளை செய்தல் வேண்டும். சிலவீடுகளில் கதவுக ளையும் சுவரையும் இனங்காண முடியாதவகையில் ஒரே நிறப்பூச்சு வர்ண மடித்திருப்பார்கள். கதவுகளை இலகுவில் இனங்காணக்கூடிய வகையில் அமைத் திட்டால், தடுக்கிவிழுதல், தலையில் அடிபடுதல் போன்ற விபத்துக்களை தவிர்த்திடமுடியும். குறிப்பாக மலசலகூடங்களில், இது சிறப்பாக கவனிக்கப்படல் வேண்டும். பல வீடுகளில் சுவர் நிறத்திலேயே மலசலகூடக் கதவின் நிறத்தை யும் தேர்வுசெய்திருப்பார்கள். இது தவிர்க்கப் படல் வேண்டும்.

மலசலகூட இருக்கையின் (Commode) வர்ணமும் சுவர் மாபிள் வர்ணமும் ஒரே நிறத் தில் தெரிவுசெய்யாது கடும் மென்மை வர்ணங் களில் அமைக்கும்போது ஒளி குறைந்த வேளை களிலும் Commode ஐ இனங்காண்பது இலகுவாக இருக்கும். இது அவர்களின் உளச் சௌகரியத்தை அதிகரிக்கும். Commode இருக்கையில் அமருவதற்கும் எழுவதற்கும் ஏற்ற பிடிமான அமைப்புக்களையும் பொருத்திக் கொள்ளுதல் வேண்டும். இவை அவ்வீட்டை பார்வை குறைவுற்றவர்களுக்கு ஏற்ற நட்பு சூழலாக மாற்றி, அவர்களின் வாழ்க்கை சௌகரியமாக அமைந்திட உதவிடும்.

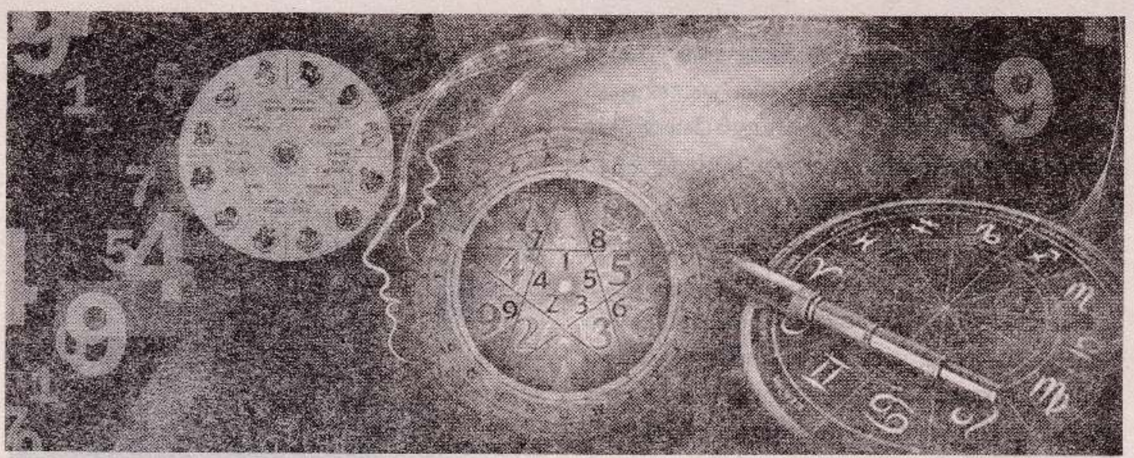
அத்துடன் நாளாந்தம் வீட்டை பயன்படுத்தும் போதும் அவர்களின் நட்புச்சூழலை குழப்பிடா மல் பயன் படுத்திக்கொள்ளல் வேண்டும். அவர்கள் பயன்படுத்தும் அறையில் குறைந்தளவு பொருட்களையும், தேவையானவற்றையும் மட்டுமே வைத்திருத்தல் வேண்டும். முடி யுமாயின் அவற்றை தொடர்ந்தும் ஓரிடத்தில் பேணுதல் வேண்டும். அதாவது அடிக்கடி இடம்மாற்றாது பேணுதல் வேண்டும்.

மேடுபள்ளமான தரையமைப்பு, ஈரமான தரை, மங்கிய வெளிச்சம், ஒழுங்கற்று சித றிக்கிடக்கும் பொருட்கள் என்பன அடிக்கடி

தடுமாறி விழக் காரணமாக அமைந்து விடலாம். எனவே இவற்றில் கவனம் செலுத்தி இயலுமான-வரை இவற்றை திருத்திக்கொள்ளல் வேண்டும்.

இறுக்கமற்ற நில விரிப்புக்களை அகற்றிக் கொள்ளுதல் வேண்டும். அல்லது நில விரிப் புக்களை போடாதிருத்தல் நன்று. மின்சார ஒழுக்குகள் ஏற்படாதவகையில் பாதுகாப் பான மின்னிணைப்புக்களை பொருத்திக்கொள் ளுதலும் இவர்களின் பாதுகாப்பை உறுதிப் படுத்துவதுடன் அவர்களுக்கான அணுக்க மான சூழலை ஏற்படுத்திக்கொடுக்கும்.

மருத்துவர்.பொ.ஜெசிதரன்
சுகாதார வைத்திய அதிகாரி
மாநகரசபை
யாழ்ப்பாணம்



05 எண் உடையவரின் பொதுவான குணங்கள்

பிறந்த திகதிகள் - 5,14,23

சோதிடர் V.A. சிவராசா B.A.B.Phil, Dip.in Edu.

"சீக்கிரம் சீக்கிரம் வேகமாக" என்று பிறரைக் கட்டளையிடுவார்கள். இராஜகுண மிகுதியுடையவர்கள் ஆதலால் இவர்களுக்கு உலகமே ஒரு தாமதமான முட்டாள் கூட்டமாகத் தோன்றும். வெகு சீக்கிரமே எந்த விக்ஷயத்தையும் கிரகித்துக்கொள்வார்கள். வேகமாகவும் பேசுவார்கள் பிறர் புரியவில்லை என்று சொன்னால் கோபந்தான் வரும். இவர்கள் யோசனைகளும் புத்தியும் மின்னல் போன்ற வேகமுடையவை. மற்றவர்கட்கு வெகுநாட்கள் யோசனையில்பேரில் வரும் முடிவுகள் எல்லாம் இவர்களுக்கு உடனே தோன்றிவிடும். ஆகையால் தன் முன்னேற்றம் சதா தன்னைச் சூழ்ந்திருக்கிறவர்களின் தாமத குணத் தால் அல்லது மெதுவான இயல்பால் பெரிதும் பாதிக்கப்படுவதாகக் கூறுவர்.

இவர்களில் அதிகவேகம் உடையவர்களின் கருத்துக்களைப் பல சமயங்களில் இவர்களது வாழ்நாளுக்குப் பிறகே உல கோர் அறிந்திருக்கின்றனர்.

மிக எளிதில் குழந்தைகள் போல எவரிடமும் சுலபமாகப்பழகி விடுவார்கள். மனதில் தோன்றுவதை சுலபமாக வெளியிட்டு விடுவார்கள். ஒன்றையும் மறைக்கத் தெரியாது. சுற்றியிருப்போர் இவர்களது காதல் விவகாரங்களைக்கூட சுலபமாக அறிந்து விடுவர்.

எதையும் மிகச்சுலபமாக சாதித்துவிடலாம் என்று உண்மையாக நம்புவார்கள். ஆகையால் எவ்வளவு பெரிய காரியமாக இருந்தாலும் சிறிதும் பயமோ தயக்கமோ இன்றி துணிந்து இறங்கிவிடுவார்கள். நிச்சயமில்லாத சூதாட்டம் போன்ற தொழில்களிலும் , காரியங்களிலும் கூட வெற்றி நிச்சயம் என்று கூறிக்கொண்டு இறங்கி விடுவார்கள். இப்படி இல்லாதிருப்பின் நாம் வாழ்க்கையில் எவ்விதமான முன்னேற்றத்தையும் அடைந்திருக்கமாட்டோம். பிறர் செய்ய முடியாததைத் தான் செய்ய வேண்டும் என்பதே இவர்களின் அவா. பழமையை வெறுப்பர். புதுமையை நோக்கி விரை வர். புதுமையாகக் கண்டுபிடிக்கப்படும் பொருட்களெல்லாம் நன்மைக்கே என்று நம்புவர். மற்றவர்களைப் போலத்தானும் இருக்கலாகாதென எண்ணுவார்கள். நாகரீக மனிதர்கள் அறிவாளிகள் கூறிய கருத்துக்களையும் சமூக மாறுதல்களையும் உலகினரிடையே புகுத்துவர். இவ்வெண்ணின் சக்தி குறைந்தோர் புதுப் புது மாதிரியான உடைகள் நகைகள் அணிந்து நாகரீகத்தை பரப்புவார்கள். மேன்மையானவர்கள். எல்லோராலும் போற்றப்பட்டு மேலான

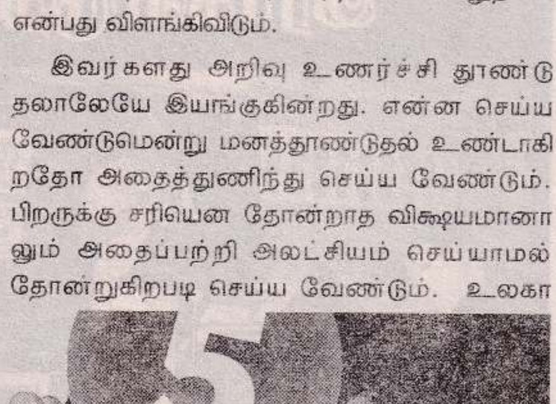
காரியங்களைச் செய்த வண்ணமிருப்பார். மேன்மை நிலையில் இல்லாதவர்கள் அஞ்சாது பொய்பேசியும் மற்றவர்களை நம்பச்செய்து ஏமாற்றியுமே வாழ்நாளைக் கழிக்கின்றனர். பிரசித்தமான மோசடி நடக்குமிடங்களில் இவர் பங்காளியாக இருப்பது நிச்சயம். இவ் எண்காரர்கள் தீயவராக இருத்தல் விரும்பத்தக்கதல்ல என்கிற காரணத்தால் மேன்மையான குணங்களைப் பழக வேண்டி அவர்கள் தீய சுபாவங்களை விவரிக்காமல் விடுகின்றேன். திடமான அதிர்ஷ்டசாலிகளான இவர்கள் மேன்மையான வாழ்க்கையை நடத்திப் பொருளும் புகழும் அடைந்து இருப்பதே யாவரும் விரும்புவதாகும்.

சிறுவயதிலிருந்து யாரிடம் பழகினாலும் அவர்களது குணங்களையும் பழக்கங்களையும் சீக்கிரம் கிரகித்துக் கொள்வர். ஆகையால் பெற்றோர் இவ்வெண்ணின் ஆதிக்கத்தில் பிறக்கும் குழந்தைகளை மேன்மையான குறிக்கோள் உடையவர்களது உதாரணங்களையே போதித்து நல்ல சகவாசத்திலேயே வளர்க்க வேண்டியது மிக்க அவசியம். இன்று விளையாடுகிற விளையாட்டுச் சாமான் நாளைய தினம் பிடிக்காமல் போய்விடும் சதா மாறுதலை விரும்பும் மனமுடைய குழந்தைகள். வயது ஆனாலும் இக்குணம் மாறுவதாகக் காணோம். மாறுதல் இடம்மாறுதல் உத்தியோகம் மாறுதல் சூழ்நிலை மாறுதல் இவைகளுக்காகப் பாடுபடுவர். வெகு சிரமப்பட்டு ஒரு பதவியை அடைவர். உடனே அது சப்பென்றாகிவிடும். வேறு எதற்காவது முயற்சியை ஆரம்பிப்பர். சதா மாறும் காட்சிகளைக் காண விரும்பிப் பிரயாணத்தை ஏற்பர். ஆனாலும் ரம்மியமான இடங்களிலும் நீடித்திருக்கப் பிரியமேற்படாது. எதையாவது புதிது புதிதாகப் பார்த்துக்கொண்டும் செய்து கொண்டும் இருக்கவிரும்புவார்கள். இன்ன காரியம்தான் அடுத்தபடியாக செய்யப் போகிறார்கள் என்பது இவர்களுக்கே தெரியாது. ஒன்று நிச்சயம் இன்று செய்வதை நாளை செய்ய விருப்பமிருக்காது.

இவர்களை வாழ்க்கை துணைவராக அடைபவர்கள் இக் குணங்களை அறிந்து கொள்ள வேண்டியது அவசியம். கவர்ச்சிகரமான ஆடை அணிவதாலும், உணவு மாறுதல்களாலும் வெகுசீக்கிரத்தில் இவர்களைக் கவர்ந்து விடலாம். இவர்களது குணங்களை அறிந்துகொண்டு இவர்களுக்கு இல்லாத குணாதிசயங்கள் இருப்பதாகப் புகழ்ந்தால்கூட உண்மையென நம்பிவிடுவார்கள். உதவி செய்யப்பின்வாங்காதவர்களாதலால் இவர்களைக் கொண்டு சுலபமாக எக்காரியத்தையும் சாதித்து விடலாம். ஆசாபாசங்கள் மாறிக் கொண்டே இருப்பதால், இவர்கள் சாமர்த்தியமாக நடந்துகொள்ளாவிடில் பிறர் இவர்களைச் சந்தேகிக்க நேரிடும். வாழ்க்கையில் நேரிடும் தோல்விகளும் துக்கங்களும் இவர்களைச் சிறிதுநேரமே பாதிக்கும். சிறிது நேரத்திற்குள் மேற்கொண்டு நடக்க வேண்டிய விஷயங்களைக் கவனிக்க ஆரம்பித்து விடுவர். இதற்குக் காரணம் இவர்களது மனோவேகமும் மாறுதல்களைக் கண்டு அஞ்சாத தன்மையுமே ஆகும்.

எப்பொழுதும் உற்சாகமாகவே காணப்படும் இவர்கள் தோல்வியால் மனம் வருந்தார். உடனே அதற்கு தகுந்தாற் போல முயற்சித் திட்டத்தை மாற்றி அமைத்து வேலை தொடங்குவார். இவர்கள் தன்னம்பிக்கையை வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். தோல்விகள் இவர்கட்குக் கிடையாது. தோல்விபோல் தோன்றுபவை பின்னர் நன்மைக்காக ஏற்பட்ட மாறுதலே என்பது விளங்கிவிடும்.

இவர்களது அறிவு உணர்ச்சி தூண்டுதலாலேயே இயங்குகின்றது. என்ன செய்ய வேண்டுமென்று மனத்தூண்டுதல் உண்டாகிறதோ அதைத்துணிந்து செய்ய வேண்டும். பிறருக்கு சரியென தோன்றாத விஷயமானாலும் அதைப்பற்றி அலட்சியம் செய்யாமல் தோன்றுகிறபடி செய்ய வேண்டும். உலகா



யுத அறிவு என்று கூறப்படுகிற ஈஸ்வரசித்தம் இவர்களது புத்தியை ஆட்சி புரிகிறது. புத்தியின் தூண்டுதலின்படி நடந்து கொள்வதால் எவ்வளவு பெரிய ஆபத்து சூழ்ந்திருந்தாலும் அதிலிருந்து தப்பித்துவிடுவர்.

பணம் சம்பாதிப்பதற்காக் கஷ்டப்பட்டு உழைக்க பிரியப்படமாட்டார்கள். மனம்

சதா சுலபமாக பணம் சம்பாதிக்கக்கூடிய தொழில்களையே நாடும்.வெகு எளிதில் மிகப் பெரும் தொகைகள் சம்பாதிக்கும் திட்டங்கள் இவர்கள் மனதில் சதா உருவாகிக் கொண்டிருக்கும். கவலையில்லாமல் செலவழிப்பார்கள். எத்தொழில் புரிந்தாலும் செல்வந்தராகக் கூடிய இவர்களால் சூதாட்டங்களில் கலந்துகொள்ளாமல் இருப்பது அவசியம். அப்படி ஈடுபட்டால் சிறிது வெற்றிக்குப் பிறகு தொட்டதெல்லாம் தோல்வியாக முடியும். ஏனெனில் இவர்களது புத்தியை பிரகாசப்படுத்தும் அறிவு இவர்கள் மூலம் உலகில் பல காரியங்களைச் சாதித்துக்கொள்வதற்காக இயங்குகின்றதேயன்றி இவர்களது தனிப்பட்ட லாபத்தை மாத்திரம் கருதியன்று.

சிலர் சமூகக்கட்டுப்பாடுகளை சிறிதும் பொருட்படுத்த மாட்டார்கள். அவசரப்பட்டு மணந்துகொண்டு பின்னால் அவதிப்படுவது முண்டு கல்யாண விக்ஷயங்களில் ஜாக்கிரதையுடனும் முன்யோசனையுடனும் நடந்துகொள்ள வேண்டும். ஸ்திரி புருக்ஷ விக்ஷயங்களில் மிகவும் நிதானம் தேவை 9,18,27 திகதிகளில் பிறந்தோர் இவர்கள் மனதை நொடியில் கொள்ளை கொள்வர். இவர்களை மனதார நேசித்த போதிலும் இவர்களுக்கு அடங்காமல் இவர்களை ஆட்டிவைத்து விடுவார்கள். ஜாக்கிரதை விபத்துக்களினின்றும் அதிசயமாக அபூர்வமாகத் தப்பிவிடுவர்.

பிறந்த திகதி : *5,14, 23*

இரத்தினக் கற்கள் : வைரம்

அதிர்ஷ்ட நிறங்கள்: சாம்பல்

அதிர்ஷ்ட திகதிகள் : *5,14,23,9,18,27*

அதிர்ஷ்டமற்ற திகதிகள்: *2,11,20,29*

துணைவர் பிறந்த திகதிகள்: *5,14,23,9,18,27*

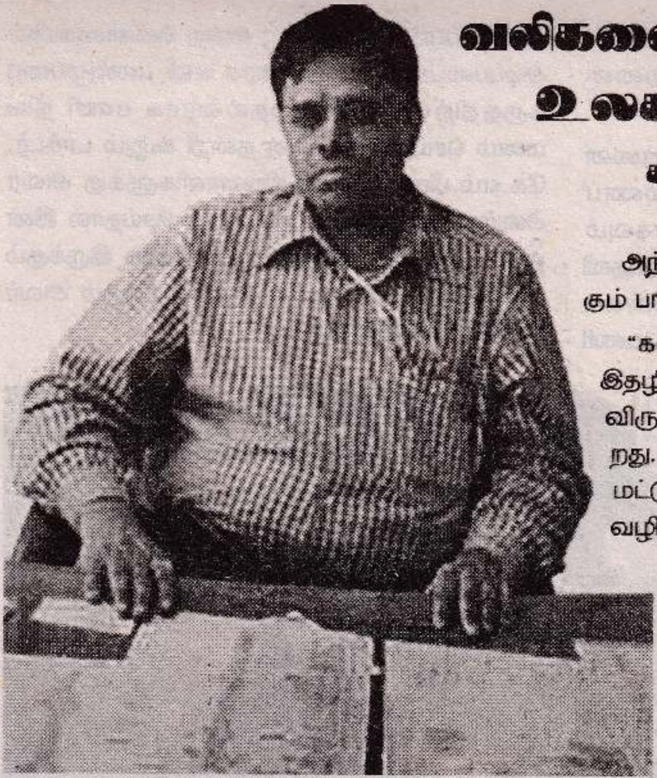
இராகஸ்ருதி இசைக்குழு

இசையால் இதயங்களை நிறைக்க இல்லங்களில் இடம்பெறும் மங்கள விழாக்கள்,கலை கலாசார நிகழ்வுகளில் இன்னிசை ஆற்றுகைகளினை வழங்க கருவியின் இராகஸ்ருதியோடு இணைந்து கொள்ளுங்கள்.

தொடர்புகளுக்கு-021-205-4224
076-858-2732
077-340-0472

வலிகளை உரமாக்கி எழுந்த உலக விருட்சங்கள்

கல்விக்கதிர்



பேராசிரியர் டாக்டர் கே.எம்.பிரபு

"எண்ணும் எழுத்தும் கண்ணெனத்தகும்" என ஔவையும் "எண் என்ப ஏனை எழுத்து என்ப இவ்விரண்டும் கண் என்ப வாழும் உயிர்க்கு" என திருவள்ளுவரும் கல்விக் கண்ணே மனித வாழ்வியலின் உயர்விற்கு வழியும் ஒளியும் காட்டவல்லது என்கின்றனர். இவை எல்லோருக்கும் பொதுவாக சொல்லப் பட்டாலும் பார்வையற்றவர்களை பொறுத்த வரை அவர்கள் கண் கல்விதான். ஒருவர் கற் கும் கல்வி அவர் வாழ்வினை உயர்வடை யச் செய்கின்றது. இன்று நமது நாட்டைப் பொறுத்தவரை பார்வையற்றோர் ஆசிரியர் களாகவும் ஆசிரிய ஆலோசகர்களாகவும் விரிவுரையாளர்களாகவும் சட்டத்தரணிக ளாகவும் உளவள ஆலோசகர்களாகவும் அலுவலக உத்தியோகத்தர்களாகவும் பல துறைகளில் தொழில்புரிகின்றனர். இது தவிர எழுத்தாளர்களாய் கவிதை, சிறுகதை, நாவல், கட்டுரை எனப் பல்துறைகளில் தமது பெயர்களை பதிவு செய்கின்றனர். வெளி நாடுகளில் இவற் றைத்தாண்டி கல்லூரி முதல்வர்கள் நீதிபதிகள் அமைச்சர்கள் என பல உயர் பதவிகளில் பார் வையற்றோர் இருக்கின்றனர்.

அந்த வகையில் கல்லூரி முதல்வராக இருக் கும் பார்வையற்ற ஒருவரது வரலாறு

"கல்விக்கதிர்" எனும் மகுடத்தில் இவ் இதழின் வலிகளை உரமாக்கி எழுந்த உலக விருட்சங்கள் பகுதியினை அலங்கரிக்கின் றது. இவர் கற்ற கல்வி இவருடைய வாழ்விற்கு மட்டுமின்றி பல மாணவர்களின் வாழ்விற்கும் வழி காட்டும் கதிராய் ஒளிர்கின்றது.

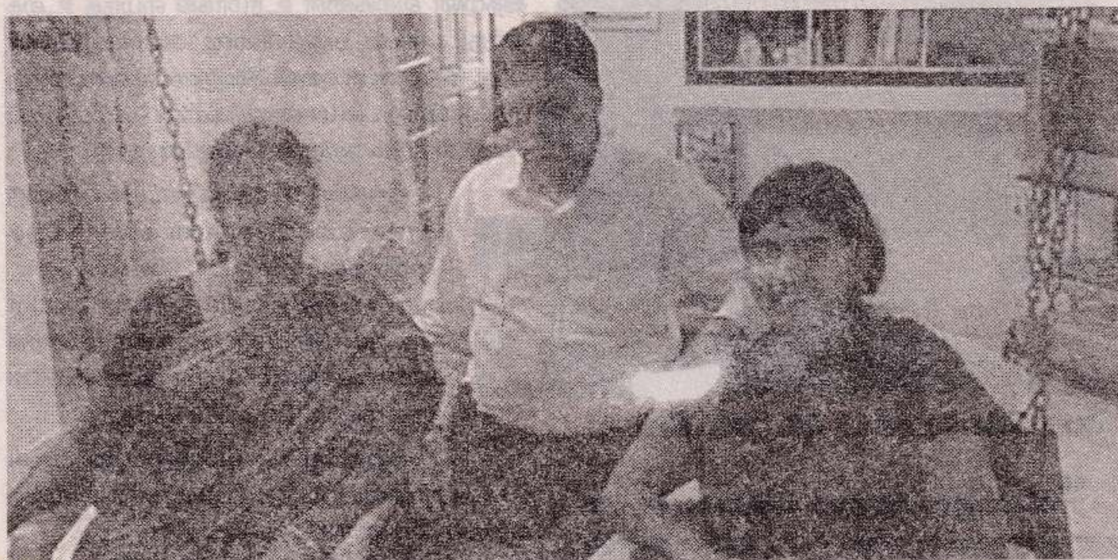
இந்தியாவின் தமிழ்நாட்டின் ஈரோடு மாவட்டம் கேசரிமங்கலத் தைச் சேர்ந்தவர் டாக்டர் கே.எம்.பிரபு. பார்வையற்றவரான இவர் தமிழ் நாட்டின் திருப்பூர் சிக்கன்னா அரசு கலைக்கல்லூரியில் முதல்வராக 2011 ஜூன் மாதம் நியமனம் பெற்றார்.

இதன் மூலம் தமிழ்நாட்டின் முதல் பார்வையற்ற கல்லூரி முதல்வர் என்ற பெருமையினை தனதாக்கினார்.

டாக்டர் கே.எம்.பிரபுவிற்கு பள்ளியில் படிக் கும்போதே பார்வைக் குறைபாடு இருந்தது. 1968இல் பத்தாம் வகுப்பு படிக்கும்போது பார்வைப் பிரச்சினை அதிகரித்தது. எனி னும் அதனைச்சமாளித்து பள்ளிப்படிப் பினை வெற்றிகரமாக பூர்த்தி செய்தார். பின் கல்லூரிப் படிப்பினை மேற்கொண்டார். இக்காலப்பகுதியில் முற்றாக இவர் பார்வையை இழந்தார். இதனால் அவர் மனம் தளரவில்லை. தொடர்ந்து தனது கல்விப் பயணத்தில் வெற்றிகளைக் குவித்தார். சென்னை கிறிஸ்தவக் கல்லூரியில் ஆங்கில இலக்கியத்தினைக் கற்று அதில் பி.எச்.டி பட் டத்தினைப் பெற்றார். தொடர்ந்து இவருக்கு அரச கலைக்கல்லூரி ஒன்றில் பேராசிரி யர் வேலை கிடைத்தது. அங்கு பல ஆண் டுகள் பேராசிரியராகப்பணி புரிந்தார். 2007 இல் அரியானாவில் உள்ள பி.பி.எஸ் மகளீர் பல்கலைக்கழகத்தில் மாணவர்களின் வசதிக் காக ஆங்கில மொழி ஆய்வகங்களை அமைத் தார். ஆறு ஆய்வகங்களை உருவாக்கி 3400 மாணவிகளுக்கு ஆங்கிலம் கற்பித்து சாதனை

புரிந்தார். இதனூடாக அவர்கள் ஆங்கில மொழியினை சரளமாகப்பேசும் திறனை வளர்த்துக்கொள்ள முடிந்தது.

பின்னர் தமிழ்நாடு வந்து இவர் சென்னை நந்தவனம் கலைக்கல்லூரியில் இணைப் பேராசிரியராகவும் துறைத்தலைவராகவும் இருந்தார். பின்னர் கல்லூரி முதல்வராக பதவி உயர்வு பெற்று திருப்பூரில் உள்ள சிக்கன்னா அரசு கலைக்கல்லூரியில் முதல்வராக பணி



நியமனம் பெற்றார்.அங்கு இவர் 2011 ஜுனில் கல்லூரி முதல்வர் பொறுப்பை ஏற்றார்.

இவர் நவீன தொழில்நுட்பத்தை பயன்படுத்தி மாணவர்களுக்கு பாடங்களை கற்பிக்கின்றார். இதற்கு வசதியாக தனது செல்போனில் நவீன தொழில்நுட்பங்களைப் பொருத்தியுள்ளார். அத்துடன் இணைய வசதிகளையும் ஏற்படுத்தியுள்ளார். மேலும் பாட சம்பந்தமான விடயங்களை பெற்றுக்கொள்ள இவருக்கு உடன் பணியாற்றும் பேராசிரியர்கள் நண்பர்கள் குடும்பத்தினர்கள் உதவி புரிகின்றனர்.

"மாற்றுத்திறனாளிகளுக்கும் சமவாய்ப்பு அளிக்கப்பட வேண்டும்." என்ற கொள்கையின் அடிப்படையில் தமிழக அரசு என் பணிமூப்பை கருத்திற்கொண்டு முதல்வராக பணி நியமனம் செய்துள்ளது.என நன்றி கூறும் டாக்டர். கே.எம்.பிரபு மாற்றுத்திறனாளிகளுக்கு அவர் அவர்களின் ஊரிலே நியமனம் செய்தால் இன்னும் சிறப்பாக பணியாற்ற வசதியாக இருக்கும் என்கின்றார். அத்துடன் சமூகத் திற்கும் அவர் நன்றிகளை தெரிவித்தார்.

கலாநிதி. கே.எம் பிரபு என்பவரது இவ் வாழ்க்கை வரலாறு பல பார்வை அற்றவர்கள் பதவி உயர்வுகளினை நோக்கிய பயணத்தில் அடி எடுத்து வைக்க நம்பிக்கை ஊட்டும் பாடமாக இருப்பதுடன் கல்விக்கதிர் எனும் இவ் ஆக்கம் எல்லோரது வாழ்விலும் ஒளியூட்டும் கதிராகவும் பார்வையற்றோர் மீதான சமூகத்தின் பார்வைக்கு வழி காட்டும் கதிராயும் பார்வையற்றோருக்கு வேலை வழங்க மறுப்போருக்கு சுட்டெரிக்கும் கதிராயும் இருக்குமாயின் எம் சமூகத்தில் வாழும் பார்வையற்றோர் வாழ்வும் ஒளிமயமாமாகும்.

- நா.கீதா கிருஷ்ணன்.

அன்பான வாசகநெஞ்சங்களே

நாம் உங்களிடம் இருந்து வலுவில் பிரசுரிக்க ஆக்கங்களினை எதிர்பார்க்கின்றோம். கவிதை கட்டுரை சிறுகதை துணுக்குகள் என்பவற்றை எழுதி எமக்கு அனுப்பி வைக்கலாம். நம்பிக்கை ஊட்டக்கூடிய தரமான ஆக்கங்கள் அடுத்து வரும் இதழ்களில் பிரசுரிக்கப்படும்.

செய்தி சாளரம்

கருவியின் ஆண்டு விழா

கருவி மாற்றுத்திறனாளிகளின் சமூகவள நிலையத்தின் ஆண்டு விழா கடந்த 11.06.2017 ஞாயிற்றுக்கிழமை நல்லூரில் உள்ள துர்க்கா தேவி மணிமண்டபத்தில் தலைவர் திரு.க. தர்மசேகரம் தலைமையில் இடம்பெற்றது. இந் நிகழ்விற்கு பிரதம விருந்தினராக யாழ். பல்கலைக்கழகத் துணை வேந்தர் பேராசிரியர் இ.விக்னேஸ்வரன் அவர்களும் சிறப்பு விருந்தினர்களாக நல்லூர் பிரதேச செயலாளர் திரு ஆழ்வாப்பிள்ளை ஸ்ரீ அவர்களும் மாநகர சபை சுகாதார வைத்திய அதிகாரி வைத்திய கலாநிதி ஜெசிதரன் அவர்களும் கௌவர விருந்தினர்களாக யாழ்.வலய உதவிக்கல்விப் பணிப்பாளர் திரு த.சிவகுமார் அவர்களும் கருவி வளவாளர் திரு வை.கனகலிங்கம் அவர்களும் கலந்து சிறப்பித்தனர்.

இந் நிகழ்வில் கருவியின் 2016ஆம் ஆண்டு செயற்பாடுகள் தொடர்பான அறிக்கை சமர்ப்பிக்கப்பட்டது. மேலும் 50வலு இழந்த அங்கத்தவர்களின் பிள்ளைகளுக்கு வங்கி கணக்குகள் ஆரம்பிக்கப்பட்டு புத்தகங்கள் வழங்கப்பட்டன. அத்துடன் கல்வி பயிலும் மாணவர்களுக்கான கற்றல் உபகரணங்கள் வழங்கப்பட்டன. 2.30 மணியளவில் நிகழ்வுகள் மதிய உணவு வழங்கலுடன் இனிதே நிறைவுற்றன. இந்நிகழ்வில் அங்கத்தவர்கள் அவர்களது குடும்பத்தினர் கருவியின் உறவுகள் அன்பர்கள் ஆதரவாளர்கள் எனப்பலர் கலந்துகொண்டனர்.

பார்வையற்றோரும் ஓவியம் வரையலாம்

பார்வையற்றோர் ஓவியம் வரையவென தொலைநோக்கு கருவி ஒன்றினை இந்தியாவின் இஸ்ரோ மூத்த விஞ்ஞானியான திலிப்பட்டே என்பவர் உருவாக்கி யுள்ளார்.பிரக்யா எனப்படும் இக் கருவி உலகில் முதலாவதாக கண்டுபிடிக்கப்பட்ட பார்வையற்றோர் ஓவியம் வரையும் சாதனமாக திகழ்கின்றது.இதன் மூலம் இது தேசிய மற்றும் சர்வதேச அடையாளங்களை வென்றுள்ளது..இக்கண்டுபிடிப்பு தொடர்பாக திலிப் பட்டே கூறுகையில் மரப்பலகையில் வெல்க்கோவினை ஒட்டினேன். பின் கம்பளி நூல் வெளியிடும் வகையில் ஒரு பேனாவினை வடி வமைத்தேன்.ஓவி யம் வரையும் போது தொட்டுரணக்கூடிய வகையில் நூல் வெல்க்ரோவில் ஒட்டிக்கொள்ளும் ஓவியத்தினை முழுமையாக வரைந்த பின்னர் இப்பேனாவின் உதவியுடன் நூலை மீண்டும் உருட்டி எடுக்கலாம் என்றார் மின்சார உதவி இன்றி இயங்கும் குறித்த கருவி இன்று பார்வையற்றோர் படிக்கும் பல பாடசா லைகளில் பயன்படுத்தப்பட்டு வருகின்றது. எனினும் எமது நாட்டில் இன்னும் இது பிரபல்யமாகவில்லை என்றுதான் சொல்லவேண்டும்.

இஸ்ரோ விஞ்ஞானியான திலிப் பட்டே என்பவரது மகன் பார்வையற்றவர். தன் மகனுக்காகவே இவர் இக்கருவியினை உருவாக்கினார்.இது பற்றி இவர் கூறுகை யில் பார்வையற்றோர்படும் கஸ்ரங்களை என் மகனால் நான் உணர்ந்தேன். பிறெ யில் எனும் ஆறு புள்ளிகளுக்குள் இருந்த இவர்களின் வாழ்க்கையினை என் இயந்திர பொறியில் பின்னணி மூலம் மாற்ற நினைத்தேன் என்றார்.

விசேட தேவை உடையவர்களுக்கான தடகளப் போட்டிகள்

2017ம் ஆண்டுக்கான பரா தடகளப் போட்டிகள் லண்டன் நகரில் கோலாகலமாக இம்முறை நடைபெற்றது.இதில் மொத் தமாக 1074 மாற்றுத்திறனாளிகள் பங்கு பற்றினர்

இந்த பரா தடகளப் போட்டியில் சீனா முத லிடத்தை பெற்ற அதேவேளை இலங்கை56 இடத்தைப் பெற்றுக் கொண் டது. லண்டனில் நடைபெற்ற 8 ஆவது உலக பரா மெய் வல்லுனர் போட்டித்தொட ரில் இலங்கைக்கான முதலாவது பதக் கத்தை தினேக்ஷ் பிரியந்தஹேரத் பெற் றுக்கொடுத் துள்ளார்.

மாற்றுத்திறனாளிகளுக்கான எப்-46 பிரிவில் ஈட்டி எறிதல் போட்டிக்காக இலங் கையை பிரதிநிதித்துவப்படுத்தி கலந்து கொண்ட தினேக்ஷ் பிரியந்த ஹேரத். 57.93 மீற்றர் தூரம் எறிந்து வெள்ளிப் பதக்கத்தை வென்றார். இது அவர்பெற்றுக்கொண்ட 2ஆவது சர்வதேச பதக்கமாகும்.

கடந்த வருடம் நடைபெற்ற றியோ பரா ஒலிம்பிக்கில் இதே போட்டிப் பிரி வில் கலந்துகொண்ட தினேக்ஷ். 58.23 மீற்றர் தூரத்திற்கு ஈட்டியை எறிந்து வெண்கலப் பதக்கத்தை பெற் றுக்கொண்டுள்ளமை குறிப்பிடத்தக்கது.

முன்னதாக கடந்த 2012ஆம் ஆண்டு லண்டனில் நடைபெற்ற பராலிம்பிக்போட்டி யில் இலங்கை சார்பில் ஆண்களுக்கான 400 மீற்றர் ஓட்டப் போட்டியில்பிரதீப் சஞ்ஜய மூன்றாம் இடத்தைப் பெற்று வெண்கலப் பதக்கம் ஒன்றைப்பெற்றார்.

1. இலக்கியம்

யாயும் ஞாயும் யாரோ கியரோ
எந்தையும் துந்தையும் எம்முறைக் கேளிர்
யானும் நீயும் எவ்வழி அறிதும்
செம்புலப் பெயனீர் போல
அன்புடை நெஞ்சம் தாங்கலந் தனவே.

பாடியவர்:- செம்புலப்பெயனீரார்

பாடல்:- யானும் நீயும் எவ்வழி அறிதும்

பொருள்:- தலைவன் தலைவியை நோக்கி "என் தாயும் உன் தாயும் ஒருவருக்கு ஒருவர் என்ன உறவுடயவர் ஆவார்.

என் தந்தையும் உன் தந்தையும் எந்த முறையுடைய உறவினர் ஆவர். நானும் நீயும் இப்போது அறிந்தோமே அல்லாது முன்பு எவற்றால் ஒருவரை ஒருவர் அறிந்துள்ளோம். இம் மூவகையாலும் தொடர்பில்லோம் ஆகவும் செந்நிலத்திற் பெய்யப்பட்ட மழை அந்நிலத்தோடு ஒன்றாக கலந்தாற் போன்று அன்புடைய நம் நெஞ்சங்கள் தாமாகவே கலந்து ஒன்றுபட்டன. எனவே இந்த உறவு ஊழால் நிகழ்ந்தது ஆகலின் யாம் பிரிவோம் அல்லோம் என தேற்றினான். "செம்புல பெயனீர்" என்ற இனிய பொருட்செறிவுடைய தொடரை இயற்றியமையால் இதன் அரு மையினை உணர்ந்த பெரியோர் இப்பாடல் ஆசிரியருக்கு செம்புலபெயனீரார் என நாமஞ்சூட்டினர்.

2. சிங்கப்பூர்

சிங்கப்பூர் குடியரசு (Republic of Singapore)

குறிக்கோள்:- "சிங்கப்பூர் முன்னோக்கி"
நாட்டுப்பண்:- முன்னேறட்டும் சிங்கப்பூர்
தலைநகரம்:- சிங்கப்பூர்
ஆட்சி மொழிகள்:- மலாய், ஆங்கிலம், மேண்டரின், தமிழ்
அரசாங்கம்:- பாராளுமன்ற குடியரசு
பரப்பளவு:- 704 Km^2
மக்கள் தொகை:- 5183 700 (2011 கணக்கெடுப்பு)
நாணயம்:- சிங்கப்பூர் வெள்ளி(SGD)

அமைவிடம்:- தென் கிழக்கு ஆசியா வில் உள்ள ஒரு தீவு நாடாகிய சிங்கப்பூர் மலேசிய தீபகற்பத்தின் தென்முனையில் அமைந்துள்ளது. இதனை ஜொகூர் நீர்ச்சந்தி மலேசியாவில் இருந்து பிரிக்கின்றது.

1965 ஆகஸ்ட் 09 இல் மலேசியாவில் இருந்து பிரிந்து தனிக்குடியரசு நாடானது.

சிங்கப்பூர் 63 தீவுகளைக் கொண்டது. இதல் பெரிய தீவாக சிங்கப்பூர் விளங்குகின்றது.

உலகில் அதிக பொருட்களை கையாளும் துறைமுகங்களுள் ஒன்றாக சிங்கப்பூர் துறைமுகம் திகழ்கின்றது. மேலும் சிங்கப்பூர் உலகின் நான்காவது நிதி மையமாகவும் நான்காவது வெளிநாட்டு நாணய பரிமாற்று மையமாகவும் திகழ்கின்றது. சனத்தொகையில் அதிக வெளிநாட்டவர்களை கொண்ட நாடுகளின் பட்டியலில் இது 6 ஆம் இடத்தில் உள்ளது.

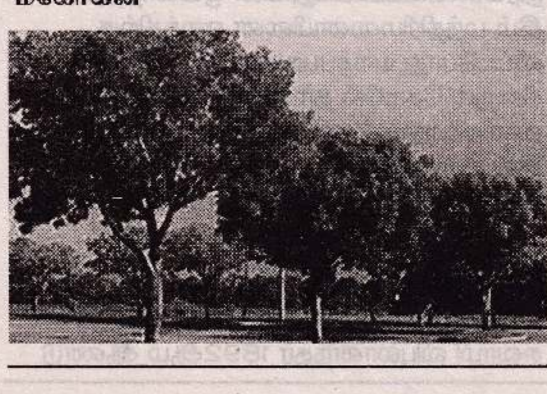
மதம்

பௌத்தம் 33%
கிறிஸ்தவம் 18%
இஸ்லாம் 15%
டாலோயிசம் 11%
இந்து 5%
ஏனையோர் 0.9
மதம் சாராதோர் 17%

சிங்கப்பூரின் சட்டங்கள் ஆங்கிலத்தில் உள்ளது. நீதிமன்ற மொழி ஆங்கிலம் சிங்கப்பூர் விடுதலை அடைந்த நாள் முதல் ஆட்சி மொழியாக ஆங்கிலம் உள்ளது.

சிங்கப்பூரில் 3% பேர் தமிழ் பேசுபவர்கள். சிங்கப்பூர் மக்களாட்சி முறையில் ஓரங்க நாடாளுமன்றக் குடியரசு ஆட்சியை கொண்டுள்ளது. 1959 ஆம் ஆண்டு முதல் மக்கள் செயல் கட்சி அனைத்து தேர்தல்களிலும் வெற்றிபெற்று ஆட்சியை கைப்பற்றியுள்ளது.

மகோகனி



3. மகோகனி

தாவரவியற் பெயர்:-சுவிற்றீனியா மகோகனி(**Swietenia Mahogani**)

குடும்பம்:-மீலியேசியே

மகோகனியினை மேற்கத்திய மகோகனி கியூபன் மகோகனி, மகோகனி என வகைப்படுததுவர். மேற்கிந்திய தீவுப் பகுதி இதன் பூர்வீகம். பின் நாளில் இம்மரம் இந்தியா பாகிஸ்தான் இலங்கை இந்தோனேசியா பீஜீத்தீவுகள் என பல நாடுகளிலும் வழங்கப் படலாயிற்று. மிகவும் பெறுமதி வாய்ந்த மரமாகிய இது பசுமையினை பேணுகின்றது. இம்மரத்தினை டொமினிக்கன், பெலிஸ் போன்ற நாடுகள் தங்கள் நாட்டு தேசிய மரமாக்கியுள்ளனர்.

மகோகனி 30-40அடி உயரம் வரை வளரக்கூடியது. இதனது விட்டம் சுமார் **120cm** வரை அமையும். மகோகனியில் சிறிய இலைகளைக்கொண்ட சுவிற்றீனியா மகோகனியும் பெரிய இலைகளைக்கொண்ட சுவிற்றீனியா மக்குறோபில்லா மகோகனி யும் உள்ளன. மகோகனி விதைமூலம் இனப்பெருக்கம் செய்யப்படுகின்றது. இம் மரத்தினை தளபாடம் செய்வதற்கும் வாத்திய கருவிகள் செய்வதற்கும் மற்றும் பல தேவைகளுக்கும் பயன்படுத்துவர்.

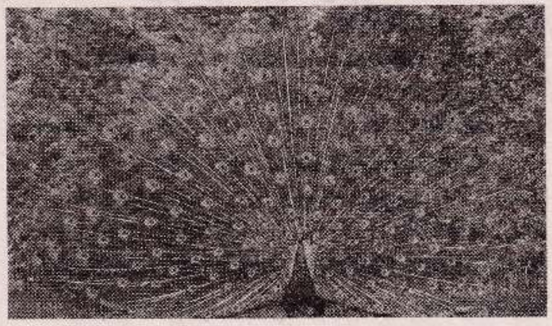
இம் மரத்தினது மருத்துவ சிறப்பினை நோக்குமிடத்து இதனை பயன்படுத்தி அதி உயர் குருதி அழுத்தம், புற்றுநோய், நெஞ்சுநோ குடலில் காணப்படும் ஒட்டுண்ணிகள் போன்றவற்றை குணப்படுத்த முடிகின்றது. இத்தகைய சிறப்புக்களைக் கொண்ட மகோகனியினை யாவரும் நடுகை செய்து பயன்பெறுதல் நன்று.

4. மயில்

உயிரியல் வகைப்பாடு
திணை - விலங்கு
தொகுதி - முதுகுநாணி
வகுப்பு - பறவை
குடும்பம் - பசியானிடே (**PAVONINIDAE**)

மயில்களில் ஆண்மயில் ஆடம்பரமான தோகைக்கு பேர் பெற்றவை. இம் மயில்கள் அழகிய பளபளப்பான நீலம் கலந்த பச்சை நிறம் உடையவை. இவற்றின் தோகையில்

கண் போன்ற வடிவ அமைப்புள்ளது. பெண் மயிலைக் கவருவதற்காக தோகையை விரித்தாடும் பெண்மயில்கள் மங்கலான பச்சை பளபளப்பான நீலம் பச்சை கலந்த சாம்பல் நிறங்களினால் ஆனது பச்சை மயில் மியன்மார் தொடக்கம் யாவா



வரையுள்ள பகுதிகளில் வாழ்கின்றன. இம் மயில் இனம் அழியும் அபாயம் உள்ள இனங்களின் பட்டியலில் சேர்ந்துள்ளது. வேட்டை ஆடுதல் வாழ்விடங்கள் அருகி வருதல் என்பன இதற்கான காரணங்களாக கண்டறியப்பட்டுள்ளன.

ஆங்கிலத்தில்
மயில்(பலவின்பால்) **PEAFOWL**
மயில்(ஆண்பால்) **PEACOCK**
மயில்(பெண்பால்) **PEAHEN**

5. நல்லூர் மந்திரிமனை

கி.பி.1478 இல் யாழ்ப்பாண இராச்சி யத்தின் மன்னனான சிங்கை பரரா ஜசேகரனது ஆட்சி காலத்திலே இம்மந்திரிமனை அமைக்கப்பட்டதாக கருதப்படுகின்றது. பரராஜசேகரனுக்கு பின் 1571 இல் யாழ்ப்பாண அரசனாகினான் சங்கிலி செகராசசேகரன் இவன் தனது தமயன் பரநிருபசிங்கத்தை பேச்சாலும் பலத்தாலும் அடக்கி தனக்கு மந்திரியாக்கி கொண்டான். இந்த பரநிருபசிங்கம் வசித்த மாளிகைதான் மந்திரிமனை என கூறுவதும் உண்டு. ஐரோப்பிய திராவிட கட்டக் கலையை தளுவி யதாய் இம்மந்திரிமனை அமைக் கப்பட்டுள்ளது. இது ஒல்லாந்தர் கால முன் முகப்பினையும் 15ம் நூற்றாண்டை சேர்ந்த தமிழ் அரசின் கட்டட பாங்கினையும் கொண்டு அமைக்கப்பட்டுள்ளது. பிரதான கட்டடம் கல் சுதை என்பவற் றினால் அமைக்கப்பட்டுள்ளது.

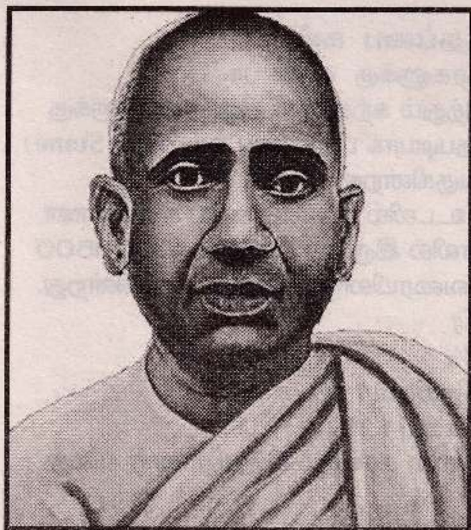
கற்றூண்களின் மீது மரச்சிற்பம் பொறித்த வேலைப்பாடுகளும் அதன்மேல் இரண்டு யானை தந்தங்களை பொருத்தியது போன்ற குழிவுவளைவிலான இரு மரச்சட்டங்கள் கூரையினைதாங்கி நிற்பதாய் காட்சி அளிக்கின்றன. மனையின் முன் விறாந்தையில் வாயிலின் இருமருங்கிலும் கல் இருக்கைகள் காணப்படுகின்றன. பிரமுகர்களைச் சந்திக்க வருவோர் அமர்வதற்காய் இவை அமைக்கப்பட்டிருந்தன. மனையின் வடபுறத்தே காணப்படும் கிணற்றின் ஒரு பகுதி கட்டடத்திற்கு உள்ளேயும் மீதி அரை பகுதி வெளியேயும் உள்ளது. கட்டடத்தின் உட்பகுதி கிணறு நவீன குளியலறையுடன்-ான தோற்றத்தைக்கொண்டது. கட்டடத்தின்

தென்மேற்கு பகுதியில் நிலவறை இருந்தமைக்கான தடயங்கள் காணப்படுகின்றன.

பத்தொன்பதாம் நூற்றாண்டில் ஒல்லாந்தர் ஆட்சியின்போது இவ் மனையின் முன் முகப்பு புதிதாக நிர்மாணிக்கப்பட்டது. பின் ஒல்லாந்தர் இம் மந்திரிமனையினை ஏலத்திற்கு விட்டபோது யாழ்ப்பாண பிரமுகர்கள் சிலரும் கோயில் தர்மகர்த்தாக்கள் சிலரும் வாங்கியதாக தெரியவருகின்றது. இன்று இவ் அரண்மனை பாதுகாக்கவேண்டிய தொல்பொருள் சின்னமாக விளங்குகின்றது.

6. விபுலானந்தர்

முத்தமிழ் வித்தகர் எனப்போற்றப்படும் சுவாமி விபுலானந்தர் 1892ஆம் ஆண்டு



பங்குனிமாதம் 27ம் திகதி இலங்கையின் கிழக்கு மாகாணத்தில் உள்ள காரைதீவு எனும் இடத்தில் சாமித்தம்பி கண்ணம்மா தம்பதியினருக்கு மகனாகப்பிறந்தார்.இவரது இயற்பெயர் மயில்வாகனம்.
இவர் தனது ஆரம்ப கல்வியினை கல்முனை மெதடிஸ்த ஆங்கில பாடசாலையிலும் மட்டக்களப்பு புனித மைக்கல் கல்லூரியிலும் கற்றார்.சீனியர் (**Cambridge Senior**) பரீட்சையில் சித்தி அடைந்தவர் புனித மைக்கல் கல்லூரியில் ஆசிரியராகப்பணி புரிந்தார். பின் ஆசிரிய பயிற்சி கலாசாலையில் பயின்று பயிற்றப்பட்ட ஆசிரியராக 1912இல் மீண்டும் மைக்கல் கல்லூரியில் பணியாற்றினார்.
1916இல் கொழும்பு தொழில்நுட்பக் கல்லூரியில் அறிவியல் டிப்ளோமா பட்டத்தினையும் மதுரை தமிழ் சங்கம் நடாத்திய தேர்வில் சித்தி எய்தி பண்டிதர் பட்டத்தையும் விபுலானந்தர் பெற்றார்.
கொழும்பு அரசினர் தொழில்நுட்பக்கல்லூரியில் இரசாயன உதவி விரிவுரையாளராக பணியாற்றிய விபுலானந்தர் 1917இல் யாழ்ப்பாணம் சம்பத்தரிசியார் கல்லூரியில் விஞ்ஞான ஆசிரியராக பணியாற்றவேண்டிய போது அதனை விருப்புடன் ஏற்றுக்கொண்டார்.
பின் மானிப்பாய் இந்துக் கல்லூரியில் முகாமையாளர் திருவிளங்கத்தாரின் வேண்டுகோளை ஏற்று மானிப்பாய் இந்துக்கல்லூரியில் அதிபர் பதவியினை ஏற்றார்.பின் 1925இல் திருமலை கோணேஸ்வரா இந்துக்கல்லூரியில் முகாமையாளராக கடமையாற்றிய இவர் 1928இல் அதிபர் பதவியினை ஏற்றுக்கொண்டார்.
தமிழ்மொழியினை வளர்க்கும் பொருட்டு "யாழ்ப்பாணம் ஆரிய திராவிட பாஷா" அபிவிருத்திச் சங்கத்தினை நிறுவினார்.இச்சங்கத்தின் ஊடாக பிரவேசப்பண்டிதர், பாலபண்டிதர், பண்டிதர் என மூன்று வகையான தேர்வுகள் நடாத்தப்பட்டது. இது பல பண்டிதர்களை எமக்குப் பெற்றுத்தந்தது.
1922இல் இராமகிருஷ்ணமிஷனில் இணைந்து சென்னை சென்றார். அங்குள்ள மயிலாப்பூர்மடத்தில் சுவாமி சிவானந்தரிடம் பிரபோதசைத்தன்ய பிரிவில் பிரமச்சரிய தீட்சையையும் சன்னியாச தீட்சையையும் பெற்றார்.1924 சித்திரை பௌர்ணமி நாளில் துறவறம் மேற்கொண்டு சுவாமி விபுலானந்தர் எனும் பெயர் பெற்றார்.
1925இல் இலங்கை திரும்பிய விபுலானந்தர் கல்லடி உப்போடையில் சிவானந்தா வித்தியாலத்தினையும் காரைதீவில் சாரதா மகளிர் கல்லூரியினையும் நிறுவியதோடு ஆதரவற்ற மாணவர்களுக்கான இல்லங்களையும் நிறுவி அளப்பரிய கல்விப்பணியாற்றினார்.
இலங்கை மற்றும் அண்ணாமலை பல்கலைக்கழகங்களில் பேராசிரியராக பணிபுரிந்த இவர் லண்டன் பல்கலைக் கழகத்தில் இளமாணிப்பட்டத்தையும் பெற்றவர்.தமிழிசை ஆய்வாளராகவும் பண்டிதராகவும் நூல் ஆசிரியராகவும் இந்து மறுமலர்ச்சியாளராகவும் திகழ்ந்த இவர் மதங்கசூளாமணி யாழ்நூல் போன்றவற்றை எழுதியுள்ளார்.
1947ஆம் ஆண்டு ஆடித்திங்கள் 19 ஆம் நாள் சுகயீனம் காரணமாக இறையடி எய்தினார்.இவரது பூதவுடல் இவரால் உருவாக்கப்பட்ட மட்டக்களப்பு சிவானந்தா வித்தியாலயத்தின் மரநிழலின் கீழுள்ள கல்லறையில் அடக்கம் செய்யப்பட்டது.இன்று பாடசாலைகளுக்கு இடையே கொண்டாடப்படும் அகில இலங்கை தமிழ்மொழித்தினம் இவரது மறைவு தினம் அன்றே கொண்டாடப்படுகிறது.

7. இலங்கையின் விடுமுறை நாட்கள்

+ பொது விடுமுறை
X வங்கி விடுமுறை
- வர்த்தக விடுமுறை

ஜனவரி
தைப்பொங்கல் +X -
ஹஜ்பெருநாள் +X
துருத்து பௌர்ணமி +X -

பெப்ரவரி
சுதந்திரதினம் +X -
நவம் பௌர்ணமி +X -

மார்ச்
மகா சிவராத்திரி +X
மெதின் பௌர்ணமி +X -
பெரிய வெள்ளி +X

ஏப்ரல்
தமிழ்சிங்கள புத்தாண்டுக்கு முதல்நாள்+X -
தமிழ் சிங்கள புத்தாண்டு +X -
முகமது நபி பிறந்த நாள் +X -
பக் பௌர்ணமி +X -

மே
தொழிலாளர் தினம் +X -
விசாகப்பௌர்ணமி +X -
விசாகப்பௌர்ணமிக்கு மறுநாள் +X -

யூன்
பொசன் பௌர்ணமி +X -

யூலை
எசலபௌர்ணமி +X -

ஆகஸ்ட்
நிகினி பௌர்ணமி +X -

செப்ரம்பர்
பினார பௌர்ணமி +X -

ஒக்ரோபர்
வப் பௌர்ணமி +X -

நவம்பர்
தீபாவளி +X
ஈகைப்பெருநாள் +X
இல் பௌர்ணமி +X -

டிசம்பர்
உன்துவப்பௌர்ணமி +X -
நத்தார் +X -

சமயப்பண்டிகைகள் சில பௌர்ணமிகள் சிலவேளைகளில் முதல் அல்லது அடுத்த மாதத்திலும் வரலாம்.

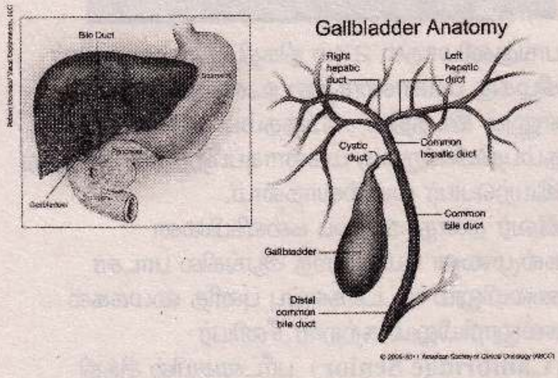
8. பித்தப்பை கல்

மனிதர்களுக்கு அதிக பாதிப்பை ஏற்படுத்தும் கற்களுள் சிறுநீர்கற்களுக்கு அடுத்தபடியாக பித்தப்பை கல் (**Gall Stone**) விளங்குகின்றது.

நமது உடலில் உள்ள பெரிய சுரப்பியான கல்லீரலில் இருந்து தினமும் 1000-1500 மி.லி வரையிலான பித்தநீர் சுரக்கின்றது.

பித்தநீர்
நீர்-*97%*
பித்தநிறமிகள்-*1.1%*
பித்த உப்பு-*1.2%*

கல்லீரலில் சுரக்கும் பித்தநீரானது வலது



மற்றும் இடது பித்தநீர் குழாய்கள் வழியாக முன் சிறுகுடலை வந்து அடைகின்றன. இதற்கு இடையே ஒரு கிளைக்குழாய் வழியாக பித்தப்பையினுள் அது செல்கிறது. பித்தநீரை பெற்றுக்கொண்ட பித்தப்பையானது அடர்த்தியை அதிகரித்து உணவு செரிமானத்திற்கு தயாராக வைத்திருக்கும்.

நாம் உண்ட உணவு இரைப்பையை விட்டுப்புறப்பட்டதும் நரம்புகள் வழியாக "பித்த நீர் தேவை" என்ற சமிக்ஞை பித்தப்பைக்கு வரும். அப்பொழுது பித்தப்பையானது தன்னைத்தானே சுருக்கி பித்தநீரை பித்த குழாய்க்குள் அனுப்பும் அது முன் சிறுகுடலை அடைந்து உணவுக்குடலில் உள்ள கொழுப்பை சரி யாக செரிக்க வைக்கும்.

பித்தப்பையானது பித்தநீரின் அடர்த்தியை அதிகரிக்கும்போது அதில் உள்ள பித்தஉப்புக்கள் அதன் அடியில் படிகின்றன. கொழுப்பினால் ஆன இவை சிறிது சிறிதாக வளர்ந்து கடினமான கல்லாக

மாறுகின்றன.

இக் கல் உருவாக காரணங்கள்

1.உடல் பருமன்
2.பித்த நீர் அளவுக்கு அதிகமாக சுரத்தல்
3.பரம்பரை
4.கொழுப்பு உணவுகளை உண்ணுதல்
5.நார்ச்சத்து உள்ள உணவுகளை அதிகம் உண்பது
6.மாச சத்து உள்ள உணவுகளை அதிகம் உண்பது.
7.தீடிரென உடல் எடை அதிகரித்தல்
8.ஹார்மோன் பிரச்சினைகள்
9.பக்டீரியா கிருமி தாக்கம்
10.கருத்தடை மாத்திரைகளை நீண்ட காலம் பாவித்தல்
11.உடற்பயிற்சி இன்மை

பித்தப்பை கல்வகை

1.கொழுப்பு கற்கள்

இது பித்த நீரில் கொலஸ்ரோலின் அளவு அதிகரிப்பதால் உருவாகின்றது. பெரும்பாலும் இது ஒரு கல்லாகவே இருக்கும்

2.கறுத்த கற்கள்

இவை கறுப்பு நிறமுடையவை இது கல்சியம் கார்பைட்டால் ஏற்படுகின்றது.

3.கலப்படக்கற்கள்

இவை கலவை கற்களால் ஆனவை. அதாவது கொலஸ்ரோல், கல்சியம் கார்பனேட் கல்சியம் பிலிரூபினேட் என்பவற்றால் ஆனது.இவை அதிக எண்ணிக்கையில் தோன்றும்.இவை பித்த குழாய்களை அடைத்து பிரச்சினைகளை உருவாக்கக்கூடியவை. 80 பேருக்கு இக்கற்களே காணப்படுகின்றன.

அறிகுறிகள்

1.உணவு உண்டபின் சிறிதுநேரம் செரிமானம் அடையாது இருப்பதுபோன்ற உணர்வுடனான வலி. இவ்வலியினை தொப்புளுக்கு மேல் உணரலாம்.
2.இவ்வலி நீடித்து குமட்டல், வாந்தி, ஏப்பம் போன்றன ஏற்படல்.
3.வலதுபுற விலா எலும்புகளைச்சுற்றி பின் முதுகுப்புறம் வரைசென்று தோள் பட்டைவரை வலி பரவும் சிறிய அளவிலான கற்களை ஊசி மற்றும் மருந்துகளால் கரைக்கமுடியும்.பெரிதான கற்களை அறுவைச்சிகிச்சை மூலமே வெளியேற்றமுடியும்.

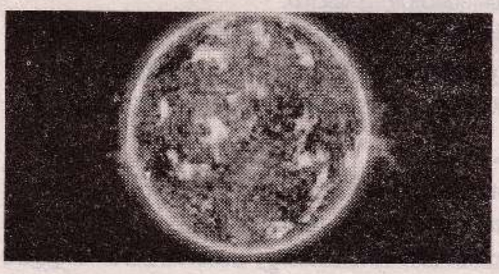
இந்நோய் அறிகுறி உள்ளவர்கள் உரிய மருத்துவரை நாடி உரிய மருத்துவ பரிசோதனைகளை செய்வதே சிறப்புதரும்.

9. கபடி

கபடியினை சடுகுடு, பலிஞ்சடுகுடு எனப்பலவாறாக அழைப்பர். இவ்விளையாட்டானது பண்டைக்காலத்தில்

ஆயர்கள் விளையாடியதாகக் கூறப்படுகின்றது.தமிழர்கள் ஜல்லிக்கட்டிற்கு தங்களை தயார்படுத்துவதற்காக இவ்விளையாட்டினை விளையாடினர் எனச்சிலர் கூறுவர்.

இவ்விளையாட்டு இரு அணிகளுக்கிடையே இடம்பெறும். ஒவ்வொரு அணியிலும் 7பேர் இருப்பர்.இவ்விளையாட்டிற்கு என ஒதுக்கப்பட்ட நேரம் 40நிமிடங்கள் ஆகும்.நீள் சதுரமான கோட்டை இரண்டாகப்பிரித்து ஒவ்வொரு பக்கத்திலும் ஒவ்வொரு அணிவீதம் இரு அணிகள் இருக்கும்.இங்கு பிரதான நடுவர் ஒருவரும் துணைநடுவர் இருவரும் காணப்படுவர். ஒரு அணியில் இருந்து யாதெனும் ஒருவர் புறப்பட்டு நடுக்கோட்டை தொட்டுவிட்டு கபடி கபடி எனக்கூறியபடி எதிரணியைச்சேர்ந்த ஒருவரை தொட்டுவிட்டு அவர்களிடம் பிடிபடாமல் நடுக்கோட்டைத்தாண்டி தன் அணி எல்லையினை வந்தடைய வேண்டும். இவ்வேளை எதிரணியில் தொடப்பட்டவர் ஆட்டமிழப்பார். எதிரணியினால் இவர் தொடப்பட்டால். இவஉ ஆட்டமிழப்பர். தொடச்சென்றவர் தொட்டுவிட்டு கபடி கபடி என்று சொல்லியவாறே எல்லையை வந்தடைய வேண்டும்.சொல்வதை நிறுத்தினாலும் ஆட்டமிழப்புத்தான். இன்று பலமுறைகளில் இவ்விளையாட்டு பலநாடுகளிலும் விளையாடப்பட்டு வருகின்றமை குறிப்பிடத்தக்கது.



10. சூரியன்

சூரியன் மஞ்சள் குறுமீன் வகையைச்சார்ந்த மிகவெப்பமான வாயுக்களைக்கொண்ட கோளமாகும். இதன் மேற்பரப்பு வெப்பநிலை 5500 ஆகவும் மத்திய பகுதியின் வெப்பநிலை அண்ணளவாக 15மில்லியென் பாகை C ஆகவும் காணப்படுகின்றது. சூரியனில் ஐதரசன் 74% மாகவும் கீலியம் 24% ஆகவும் ஏனையவை 2% ஆகவும் உள்ளன. காந்த ஆற்றல் மிகுந்த விண்மீன்கள் ஆன சூரியனின் விட்டம் 1400000 Km ஆகும்.

நமது விண்மீன் மண்டலம் உள் வட்டத்தில் உள்ள ஓரியன் வளைவில் சூரியன் அமைந்துள்ளது. சூரியன் அமைந்துள்ள இடத்தில் இருந்து விண்மீன் மண்டல மையம் சுமார் 24800ஒளியாண்டுகள் தூரத்தில் இருக்கலாம் என கருதப் படுகின்றது. இதேவேளை சூரியன் அமைந்துள்ள ஓரியன் வளைவுக்கும் அருகில் உள்ள பெர்சியஸ் வளைவிற்கும் இடையே ஆன தூரம் சுமார் 6500 ஒளிஆண்டுகள் என கணிக்கப்பட்டுள்ளது.

சூரியன் தற்பொழுது வேகா விண்மீனை நோக்கிப்பயணம் செய்கிறது. இவ்வேகா விண்மீனானது ஹெர்குலஸ் விண்மீன் தொகுதிக்கு அருகில் உள்ளது. சூரிய மண்டலம் ஒருமுறை விண்மீன் மண்டலத்தை சுற்றிவர சுமார் 225-250 மில்லியென் வருடங்கள் ஆகலாம் எனக்கூறப்படுகின்றது. இக்காலப்பகுதியினை ஒரு விண்மீன் மண்டல ஆண்டு என அழைப்பர்.

சூரிய மண்டலத்தின் ஆற்றலுக்கு ஆதாரமாக உள்ள சூரியனை புவியுள்ளிட்ட கோள்கள் கோடிக்கணக்கான விண்கற்கள் தூசி துணிக்கைகள் எனப்பல சுற்றிவருகின்றன. சூரியனுக்கும் பூமிக்கும் இடையேயான தூரம் சுமார் 149 600 000 km ஆகும். இத்தூரத்தினை ஒளி 8நிமிடங்கள் 19 வினாடிகளில் கடக்கின்றன. பூமியில்படும் சூரிய ஒளிக்கதிர்களை நாம் வெயில் என்கின்றோம். பூமியில் உயிரினங்களின் வாழ்க்கைக்கு சூரியன் மிக மிக அவசியமானது. சூரியன் இல்லையெனில் உலகமே இல்லை எனலாம். சூரியன் பற்றிய நிறைய விடயங்கள் இன்னும் கண்டறியப்படவேண்டியுள்ளன. வளர்ந்து வரும் விஞ்ஞான தொழில்நுட்பம் இன்னும் சில ஆண்டுகளில் சூரியன் பற்றிய வியத்தகு தகவல்களைத்தரும் என்பதில் ஐயமில்லை.

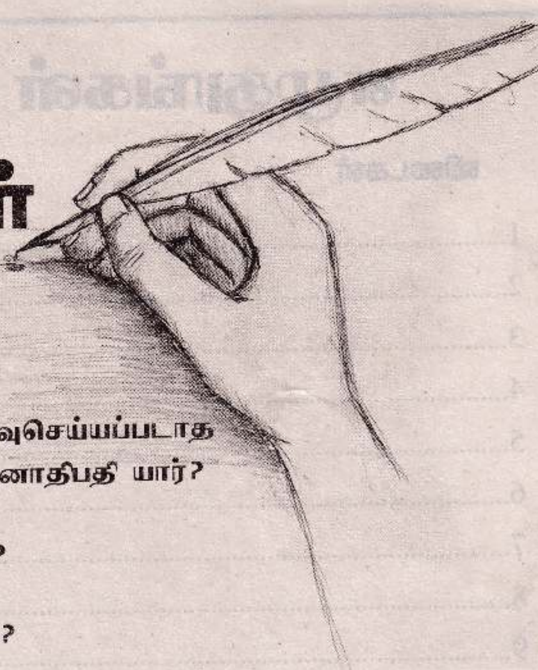
அன்பான வாசகர்களுக்கு

நீங்கள் உங்கள் ஊரிலோ அல்லது பயணிக்கும் வாகனங்களிலோ பொது இடங்களிலோ வீதிகளிலோ வலு இழந்தவர்களைக் கண்டிருப்பீர்கள். அப்போது உங்கள் மனதில் சில விடைகான கேள்விகள் எழுந்திருக்கலாம். அக்கேள்விகளை வலுவிடம்எழுதி அனுப்புங்கள். வலு விடை தரும்.

சமூகத்தில் மாற்றுத் திறனாளிகள் பற்றிய விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தக் கூடிய கட்டுரைகளை எழுதி அனுப்புங்கள். சிறந்த ஆக்கங்களுக்கு கதைப்புத்தகங்கள் பரிசாக அனுப்பி வைக்கப்படும். அதி சிறந்த ஆக்கங்களுக்கு சன்மானம் வழங்கப்படும். ஆக்கங்கள் வலு இதழில் மூன்று பக்கங்களுக்கு மேற்படாது இருத்தல் வேண்டும்.

\- வலு ஆசிரியர் குழு.

எழுதுங்கள்
வெல்லுங்கள்



போட்டி இல 15 வினாக்கள்

1. இலங்கையில் தேர்தல் மூலம் தெரிவுசெய்யப்படாத நிறைவேற்று அதிகாரம்கொண்ட ஜனாதிபதி யார்?
2. சிங்கப்பூர் நாட்டின் நாணயம் எது?
3. விளாவின் தாவரவியற் பெயர் யாது?
4. நிலவில் நீல் ஆம்ஸ்ரோங் கால் பதித்த நாள் எது?
5. நல்லூர் மந்திரிமனை எம்மன்னன் காலத்தில் அமைக்கப்பட்டது?
6. மரணம் தன்னை துரத்துகின்றது எனத்தெரிந்தும் மரதன் ஓடி கனேடிய புற்றுநோய் சங்கத்திற்கு நிதி சேகரித்துக்கொடுத்த காலை இழந்த வீரரின் பெயர் என்ன?
7. லூயி பிரெயிலுக்கு 'பிரெயில்' எழுத்தை கண்டறிய உதவிய எழுத்து எது?
8. உலக உளவள தினம் எப்போது கொண்டாடப்படுகின்றது?
9. 2016 பரா ஒலிம்பிக்போட்டியில் முதலிடம் பெற்ற நாடு எது?
10. Disability என்பதன் சரியான பதம் யாது?

இவ் வினாக்களுக்குரிய சரியான விடைகளை மறுபக்கத்திலுள்ள புள்ளிக்கோட்டில் எழுதி அனுப்புங்கள். இப் படிவத்தில் எழுதி அனுப்பி வைக்கப்படும்விடைகள் மட்டுமே ஏற்றுக்கொள்ளப்படும். சரியான விடைகளை எழுதி அனுப்பும் வெற்றியாளர்களுக்கு பரிசில் வழங்கப்படும்

எழுதுங்கள் வெல்லுங்கள்

விடைகள் **போட்டி இல.15**

1..
2..
3..
4..
5..
6..
7..
8..
9..
10..

1. முழுப்பெயர்..
2. தபால் முகவரி..
....
3. தொலைபேசி இலக்கம்...
4. பிறந்த ஆண்டு, மாதம், திகதி......................................

போட்டி இல 14 விடைகள்

01. *1988 பெப்ரவரி*
02. *301318***km**
03. **Strychras Pototorium**
04 செவ்வாய்க்கும் வியாழனுக்கும்
05 *1625*
06 டெரன்ஸ் பார்கின்
07 **Abrief history the universe umverse in a nutshell**
08 ஒக்டோபர் *15*
09 யப்பானின் டோக்கியோவில்
10 அடைதல் அணுகுவசதி
நுழைதல் அணுகுவசதி
சுற்றி வருவதற்கான அணுகுவசதி
பயன்படுத்தலுக்கான அணுகுவசதி

அனுப்பவேண்டிய முகவரி

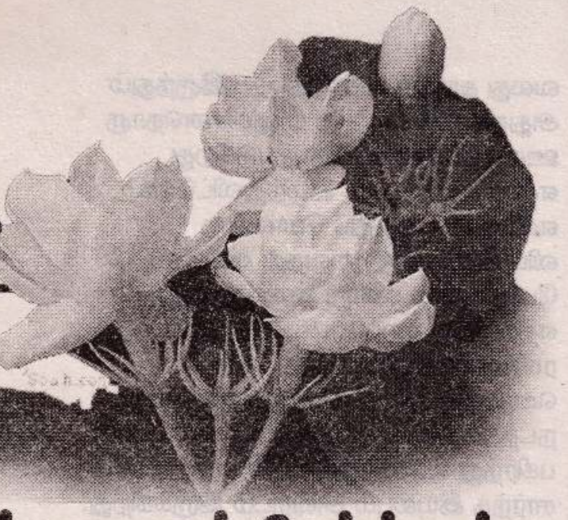
எழுதுங்கள் வெல்லுங்கள்

கருவி

மாற்றுத்திறனாளிகளின் சமூக வள நிலையம்

இல 1166/15 அருளம்பலம் ஒழுங்கை நல்லூர் வடக்கு யாழ்ப்பாணம்.

முற்றத்து மல்லிகை



நேர்காணல் : கணபதி சர்வானந்தா

வலுவான வாழ்க்கைக்கு வளம் சேர்க்கும்...

ஞானக்குமரன் ராஜேஸ்வரி

சிறிய விதை விழுந்து முளைத்து விழுதுவிட்டு அந்த ஆலமரமாய் எழுகிறது. அந்தச் சிறிய விதை விருட்சமாய் வளர வலுச் சேர்த்தவர் யார்? பிறர் துணையின்றி விருட்சமாய் எழுவதற்கான அத்தனை வளங்களோடு வலுவையும் சேர்த்து விதைக்குள் வைத்திருக்கிறது இயற்கை. அந்த ஆலமரத்துக்கு மட்டுமல்ல அனைத்து ஜீவராசிகளுக்குள்ளும் ஒரு வலு இருக்கிறது. அத்துடன் வளமும் சேர இருப்பதுதான் எண்ண முடியாத விந்தைகளுள் ஒன்று.

எந்த ஆதாரமுமற்று வளர்ந்து விருட்சமாக எத்தனிக்கும் அத்தகைய ஆலமரங்களைப்போல எமது சமூகத்திலும் சிலரைப் பார்க்கும்போது என்னுள் பரவுகின்ற ஆனந்தத்தை எப்படிச் சொல்வேன்!. அவர்கள் தமக்கு மட்டுமல்ல. தாம் சார்ந்த அனைவருக்கும் ஒளி விளக்காய் இருப்பதுவே ஒரு மகிழ்சிகரமான விடயம். அத்தகைய ஒளிதருகின்ற வெளிச்ச வீடாய் சமூகத்தை வழி நடத்துகின்ற ஒரு மாற்றுத் திறனாளியான பெண்ணொருவர்தான் கருவியின் இந்த வருடத்தின் மூன்றாவது வலுவின் முற்றத்து மல்லிகையை அலங்கரிக்கவுள்ளார்.

அவர் பெயர் ஞானக்குமரன் ராஜேஸ்வரி. இவர் வல்லிபுரக் குறிச்சி என்ற கிராமத்தைச் சேர்ந்தவர். அங்குள்ளவர்கள் அவரைச் "செல்லா" என்று செல்லமாக அழைக்கின்றனர். கணவன் வலுவிழந தவர். தனது இரண்டு பிள்ளைகளையும் வளர்த்து ஆளாக்க வேண்டிய பொறுப்பும் இவரு டயது. இத்தனைக்கும் போரி னால் ஏற்பட்ட இழப்புகளின் சாட்சியாக அவர் இருப்பதுதான் வேதனைக்குரிய விடயம். இடது காலை முற்றாக இழந்தவர்.

வலது காலும் வலுவற்றது. இருந்தும் அதுதான் அவருக்கு வலுவானதொரு ஊன்றுகோலாய் செயற்படுகிறது எனக் கண்டேன். இழந்துவிட்டோம் என்று இளைத்துப் போவதை விட இருப்பதை வைத்து இடரைப் போக்கலாம் என்று எண்ணுவது எத்தகைய சிறப்பென்பதை நான் ராஜேஸ்வரியிடமிருந்து கற்றுக் கொண்டேன். ஒரு சமூகத்தை வழி நடத்தக் கூடிய தலைமைப் பண்போடு பகிர்ந்து உண்ணுவோம் என்ற அறம் சார்ந்த இயல்பும் அவரிடம் இருக்கிறது. 2009 இல் முடிவுற்ற ஆயுதப் போராட்டத்தின் பின் வன்னியிலிருந்து தனது ஊருக்குத் திரும்பினார். அப்போது ஊரிலுள்ள அவரது உறவுகளைச் செழிப்பற்றவர்களாகக் கண்டபோது அவர் செயலாற்றத் தொடங்கியவர், இன்றுவரை ஓயாது செயற்படுகிறார். தனது அனைத்துச் செயற்பாடுகளிலும் தான் சார்ந்த சமூகத்தையும் இணைத்தும், அணைத்தும் முன் செல்வதைக் காணும்போது, நாம் தோற்றவர்கள் இல்லை என்ற ஒரு புதுவித நம்பிக்கை எம்முள் பிறப்பதை உணர்கிறேன். வலு சஞ்சிகைக்காக அவரது அனுபவங்களைக் கேட்டோம்.

வணக்கம். ராஜேஸ்வரி. நீங்கள் என்னுடன் பேசிக் கொண்டிருக்கும்போது உங்கள் ஆரம்பம் பற்றிப் பேசினீர்கள். அதாவது வன்னியிலிருந்து வந்து பார்த்த போது உங்கள் உறவுகள் வளமானதாக இருக்கவில்லை என்றீர்கள்? அதைப் பார்த்ததும் அதற்கு உடனே நீங்கள் என்ன செய்தீர்கள்?

அங்குள்ள நிலைமையளைப் பார்த்தும் கேட்டும் அறிஞ்சன். அவையளுக்கு என்ன தேவை எண்டு ஆராய்ஞ்சன். அதை உடனடி யாகச் செய்ய ஆயத்தங்களைச் செய்தன். வன்னியிலை நான் அறிஞ்சு வைச்சிருந்த பொது ஸ்தாபனங்களோடை தொடர்பை ஏற்படுத்தினன். அதுக்கு முதல் மற்றவயளுக்கு உதவி செய்ய முன்னம் என்னை வலுப்படுத்த வேணும் எண்டு சொல்லி நான் கொஞ்சத் தேங்காய் வாங்கி விக்கத் தொடங்கினன். அதிலை லாபமாத் தேங்காய்தான் கிடைக்கும். அதை எடுத்து எங்கடை தேவைக்குப் பாவிப்பம். பிறகு அரிசியை மொத்தமா வாங்கிச் சில்லறைக்கு வித்தன். அதையும் இப்பிடித்தான் பங்கிடுவம். பிறகு மரக்கறி வியாபாரம். அதோடை வீட்டு வேலைக்குப் போவன். அந்த நேரத்திலைதான் நான் சந்நிதியிலுள்ள சந்நதியான் மடத்தோடை தொடர்பு கொண்டன். அவை எனக்குத் துவிச்சக்கர வண்டி ஒண்டை அன்பளிப்பாத் தந்தினம். அதாலை நான் என்ரை தொழிலை விருத்தியாக்கினன். மற்றவையளுக்கும் உதவி செய்ய அது லேசாக இருந்தது.

நீங்கள் குறிப்பிட்டதைப்போல சமூகத்திற்கான வேலைத்திட்டத்தை எப்போது, எப்படி ஆரம்பித்தீர்கள்?

கொஞ்சம் கொஞ்சமா நான் தலை நிமிந்து என்னை நானே பாதுகாக்கலா மெண்ட நிலை வரேக்கை, 2013 க்கும் 2014 க்கும் இடைப்பட்ட காலத்திலை, என்னை சூழ என்னைப்போல இருந்த வறிய மக்கள் எல்லாரையும் கூட்டி ஒரு கூட்டத்துக்கு ஏற்பாடு பண்ணினன். அதுக்கு எங்கடை பிரதேச செயலக ஒபிசர்மாரையும் கூப்பிட்டன். அண்டைக்கே அதை ஒரு நிறுவனமாக்கித் தலைவர், காரியதரிசி, பொருளாளர் எண்டு எல்லாரையும் தெரிவு செய்தம். அந்தக் கூட்டத்திலை ஒரு பயிற்சியையும் ஒழுங்கு படுத்தினன். அந்த அமைப்புக்குப் "பிறை நிலா" எண்டு பேரும் வைச்சம். மொத்தம் 30 பேர் அங்கத்தவராக இருக்கினம். எல்லாரும் மாற்றுத்திறனாளிகள்.

இவர்களுக்கு எந்த வகையில் நீங்கள் உதவுகிறீர்கள்? அவர்களுக்குரிய வேலைத் திட்டங்கள் என்ன? அதை எப்படி வரையறுத்தீர்கள்?

வாழ்வாதாரத்துக்கான உலர் உணவுச் சமான்களை குடுக்கிற நிறுவனங்களோடை தொடர்புகள் இருக்கு. உதாரணத்துக்கு தும்பளையிலை உள்ள கருணைப்பாலத் தோடை தொடர்பு கொண்டு எங்கடை உறுப்பினருக்கான உலர் உணவுச் சாமான்களை பெற்றுக் கொள்ளுகிறம்.

ஆடு, கோழி வளர்க்க விரும்பிறவை யளுக்கு அந்தந்த நிறுவனங்களோடை அவற்றைப் பெற்றுக் கொடுத்திருக்கிறம். மற்றது சில நேரங்களிலை விவசாயத்துக் குரிய சாமான்களைத் தருகி னம். உதாரணத்துக்கு விதை தந்தினமெண்டால் அதை எடுத்துக் கொண்டு பயிரிட விரும்பிற ஆக்களுக்குக் குடுக்கிறம். எங்கடை சங்க உறுப்பினஉகளோடை அவையின்ரை இடத்துக்குப் போய், கூட நாட நிண்டு அவையளுக்குத் தேவை யான உதவிகளை யும் செய்து குடுக்கிறம். மற்றது தொழிலுக்குக் கூப்பிட்டாலும் போறனாங்கள். வெங்காயம் புடைக்கிற, அரியிற வேலைக்கு என்னைக் கூப்பிட்டால் நான் தனியப் போமாட்டன். ஆகக் குறைஞ்சது மூண்டு மாற்றுத்திறனாளி களையும் கூட்டிக் கொண்டுதான் போவன். ஏனெண்டால் கூட்டாகச் செய்ய வேணு மெண்ட விருப்பத்தோடை மட்டுமில்லை அவையளுக்கு ஒரு நம்பிக்கை வரவேணுமெண்ட வகையிலையுந்தான் இப்பிடிச் செய்யிறம். அதுவும் ஓரே ஆக்களைக் கூப்பிடாமல் மாத்தி மாத்தித்தான் ஆக்களைக் கொண்டு போறனாங்கள். எல்லாருக்கும் சந்தஉபத்தைத் தர வேணுமெண்டதுக்காகத்தான் அப்படிச் செய்யிறம்.

உற்பத்தியாக என்ன செய்கிறீர்கள்? அதனுடைய வேலைத்திட்டங்கள் என்ன?

பனங்கட்டிக் குட்டான் இளைக்கிறது, பனை ஓலைச் சாமான்கள் செய்யிறது, பனங்கட்டி வாக்கிறது எண்டு பல வேலைத்திட்டங்கள் இருக்கு. மற்றது பிற நாட்டிலை இருந்துவாற ஆக்கள் மிளகாய்த் தூள், பலகார ஓடஉகள் எண்டு தருவினம்.
தாங்கள் போகேக்கை கொண்டு போறதுக்காக. இப்ப பத்து கிலோ ஓடர்கள் கிடைச்சா அதை நாங்கள் மூண்டு பேர் பங்கிட்டுச் செய்வம். மற்ற ஓடர்களும் அப்பிடித்தான். அவைக்குத் தேவையான எல்லா சமான்களையும் குடுப்பம். அவை அதைப் பொருளாக்கித் தர வேண்டியது தான். அதுக்குரிய கூலியை கணக்குப் பாத்து எங்கடை சங்கப் புத்தகத்திலை போட்டிடுவம். சங்கத்துக்கெண்டு தலைவர், செயலாளர், பொருளாளர் சேந்து கையெழுத்துப்போடக் கூடியதாக ஒரு வங்கிக் கணக்கிருக்கு. அந்தப் புத்தகத்திலை கூலியைப் போட்டிட்டு அதிலை சேருற காசிலை எங்கடை உறுப்பினரிலை ஆருக்காவது தொழில் துவங்க கடன் தேவைப்பட்டால் குடுப்பம். பிறகு அவை உழைச்சுக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாத் தருவினம்.
பொதுவா எங்கடை சமூகத்திலை என்ன நடந்தாலும் அது கலியாண வீடா இருக்கலாம், செத்த வீடாக இருக்கலாம், முன்னுக்கு நிற்கிறது நாங்கள் தான். ஏனெண்டால் ஒரு காலத்திலை ஏலா தவை யெண்டு ஆரை ஒதுக்கிச்சினமோ அவையளுக்கு நாங்கள் ஆரெண்டு தெரியவேணும். அதோடை நாங்களும் முன்னுக்கு வரவேணும் எண்டுதான் நாங்கள் நினைச்சு இதைச் செய்யிறம். மற்றது எங்கடை தயாரிப்புக்குத் தேவையான மூலப்பொருட்கள் தேவைப்பட்டால் அதை எங்கடை உறுப்பினரா உள்ள குடும்பத்திட்டைத்தான் வாங்குவம். அவையிட்டை இல்லாட்டித்தான் மற்றவையிட்டை வாங்குவம். உதாரணத்துக்கு பனங்கட்டிக்குத் தேவையான பதநீரை எங்கடை உறுப்பினர் ஓராளின்ரை கணவன்தான் தாறாஉ. அப்பிடி எல்லா வழிகளி லும் எம்மைச் சுற்றியிருக்கிறவர்கள் நன்மை பெறுகிற மாதிரி எல்லா விசயங்களையும் அமைக்கிறம்.

நீங்கள் மேற்சொன்ன தொழில் சார்ந்த நடவடிக்கைகளை எங்கு வைத்துச் செய்கிறீர்கள்? உங்களுக்கென்று தொழிற் சாலை ஏதாவதொன்றை சொந்தமாக வைத் திருக்கிறீர்களா?

சொந்தமாக இன்னும் இல்லை. இதுக்காக ஒரு பொது நோக்கு மண்டபத்தைத்தான் இப்ப பாவிக்கிறம். அது துஃ414 கிராம சேவகர் பிரிவிலை இருக்கு. அதுக்குப் பக்கத்திலைதான் பனை அபிவிருத்திச் சபையும் இருக்கிறதாலை அவையிட்டையிருந்து எங்களுக்குத் தேவை யான மூலப்பொருட்களை வாங்கிறது

சுலபமா இருக்கு.

- இப்ப எங்களுக்கு எல்லாரும் உதவி செய்யினம். பொது நிகழ்சிகளுக்கு எங்களைக் கூப்பிடுற அளவுக்கு எங்களை எங்களது சமூகம் மதிக்கிது எண்டுதான் சொல்லுவன்.

இப்ப மூச்சம்பலவு முருகன் கோவிலுக்குப் பக்கத்திலை இருக்கிற சிலிந்தில் குளத்தைத் திருத்திப் புனரமைக்க பிர தேசசபை பொறுப்பெடுத்தது: அதுக்குக் கூலியளா எங்கடை ஆக்களைத்தான் வேலைக்கு எடுத்தவை. எங்களுக்குச் சம்பளமெண்டாலும் ஒரு சேவை எண்ட அடிப்படையிலை ஒத்துக்கொண்டம். இப்ப அரைவாசிக்கு மேலை வேலை முடிஞ்சிது. அது பெரிய சந்தோஷம்.

இந்த நிறுவனத்தை விட தனிப்பட்ட முறையில் வேறு ஏதாவது தொழிலும் பார்க்கிறீர்களா? வேறு ஏதாவது நிறுவ னங்களிடமிருந்தும் உதவிகள் கிடைப்ப துண்டா?

எனக்குச் சொந்தமா மூண்டு பரப்புக் காணி தான் இருக்கு. அதுக்குள்ளை ஒரு வீடு இருக்கு. ஆனால் நிலை கதவெல்லாத்தையும் கள்ளர் கழட்டிப் போட்டினம். அதைப் புனரமைக்கச் சொல்லினம். அதாலை வீட்டுத் திட்டம் கிடைக்கேல்லை. நான் 70பரப்புக் காணியைக் குத்தகைக்கு எடுத்து நெல்லு விதைச்சன்.அறுவடை எடுத்து எல்லாருக்கும் குடுத்திருக்கிறன். நான் இன்னும் அந்த அரிசியிலை சமைக்கேல்லை. எனக்கு மாதம் மாதம் பிரதேச செயலகம் உதவித்தொகை ஒண்டைத் தருகினம். சமுர்த்தியும் கிடைக்கிது. அதைக் கொண்டு ஆடு. கோழி வளர்க்கிறன்.

எங்கடை நிறுவனத்திலுள்ள அங்கத்தவர் செய்யிற சாமான்களைச் சந்தைப்படுத்திறதிலைதான் எங்களுக்க பிரச்சினை இருக்கு. அவையள் தொடஉச்சியா செய்தால் அதை தேங்காமல் சந்தைப்படுத்த வேணும். அப்பதான் தட்டுப்பாடில்லாமல் கையிலையும் ஏதேன் புழங்கும். சாமான்கள் விக்காமல் தேங்கிப் போகேக்கை அவையள் சோந்து போகினம். அதாலைதான் கனபேருக்கப் பிரச்சினை இருக்கு. அதுக்கத்தான் ஏதாவது வழி பண்ணச் சொல்லி கருவி நிறுவனத்திட்டைக் கேட்டிருக்கிறம். அவையும் அதுக்கான முயற்சியளைச் செய்து தாறம் எண்டு சொல்லி இருக்கினம்.

நீங்கள் விளையாட்டுப் போட்டிகளிலையும் பங்கு பற்றியிருப்பதாகக் கேள்விப்பட்டோம், அது பற்றி சிறிய விளக்கத்தை வாசகர்க ளுக்கு தருவீர்களா?

ஓம்.மாற்றுத் திறனாளிகளுக்கான போட்டியளிலை வட மாகாணத்தலை நான் முதலாவதா வந்தனான். சைக்கிள் ஓட்டப்போட்டி எண்டாலும் சரி. வேக நடை எண்டாலும் சரி. பல போட்டியளிலை எனக்குப் பரிசு கிடைச்சிது. ஒருக்கா போட்டியிலை வெண்டதுக்கு ஜெய்ப்பூர் நிறுவனம் நாலாயிரம் ரூபா தந்தவை. பிறகு வட மாகாணசபை ஒரு ரொய்லட் கட்டித் தந்தவை. என்ரை கால் போடுறதுக்கும் பிரதேச செயலம் காசு தந்து ஜெய்ப்பூர் நிறுவனத்திலைதான் போட்டனான். என்ரை முழு எண்ணமும் மாற்றுத் திறனாளியா இருக்கிற எல்லாரையும் தொழில் செய்யிறதுக்கும், சொந்தமா உழைக்கிற வல்லமை உள்ள ஆக்களாகவும் மாத்தவேணும் எண்டதுதான்.

திறனாளியான ஞானக்குமரன் ராஜேஸ்வரியினுடனான சந்திப்பு ஒரு புதிய நம்பிக்கையை விதைத்திருக்கிறது. எமது சமூகத்தின் ஆரோக்கிய வளர்ச்சிக்கு இது போன்ற பணிகளில் ஈடுபடுபவஉகள் இனங்காணப்படுவதோடு மட்டுமல்லாமல், அவர்களுக்குரிய தடைகளை நீக்கி அவர்கள் முன்னே பயணிக்க நாம் அனைவரும் முன்வரவேண்டும்.

எனக்கு யுத்தம் காரணமாக இடுப்பின்கீழ் பகுதி பாதிக்கப்பட்டு சக்கரநாற்காலியிலேயே வாழ்க்கையைக் கழிக்கிறேன். என்னை கால் பாதிப்புக்குள்ளான ஒருவர் காதலிக்கிறார். இக் காதலை நம்பலாமா? இது அன்பு சார்ந்து இருக்குமா? எதிர்காலம் பற்றிய பயம் எனக்கு உள்ளது இதற்குத் தங்களால் விளக்கம் தரமுடியுமா?

- மதுரா, கிளிநொச்சி

சகோதரி வாழ்க்கை வாழ்வதற்கே சக்கரநாற்காலியில் வாழ்ந்தும் சாதனையாளர்களாக வாழ்ந்த பலரை நீங்கள் அறிந்து இருப்பீர்கள். யுத்தம் நீங்கள் விரும்பாமலேயே இந்த விளைவை பரிசளித்துவிட்டது. அதற்காக வாழ்வில் நீங்கள் ஒதுங்கிவிடத்தேவையில்லை. முதலில் குறித்த நபரின் காதலை ஏற்று திருமண உறவில் நிலைப்பதற்கு நீங்கள் தயாராக இருக்குறீர்களா? என்ற சுயபரிசோதனையை செய்துகொள்ளுங்கள். அடுத்து நபரின் நல்ல அம்சங்களை நீங்கள் புரிந்துகொள்வதற்கு அப்பால் அவரிடமிருக்கின்ற எதிர்மறையான எண்ணங்கள் மற்றும் நடத்தைகளையும் புரிந்துகொள்ள தெரிந்து கொள்ள முயற்சிசெய்யுங்கள். காதல் தருகின்ற கற்பிதவாத அனுபவத்திற்குள் பலரும் நனைந்து துணையின் மறுபக்கத்தை தெரிந்து கொள்ளாது குடும்பமாக இணைகின்ற பொழுது காலஓட்டத்தில் முரண்பாடுகள் யாதேனும் ஏற்படுகின்ற பொழுது அதனை கையாள முடியாத நிலையில் சிக்கல்கள் தோன்றுகின்றன. எனவே நீங்கள் ஒருபெண் அத்தோடு வலுவிழப்புடன் கூடிய நபராகவும் இருக்கின்றீர்கள். இலகுவில் பாதிக்கப்படக் கூடிய சாத்தியக்கூறுகள் அதிகமாக உண்டு. எனவே உங்கள் வாழ்க்கை தொடர்பில் விழிப்பாக இருங்கள். உங்கள் எண்ணமும் குறித்த நபரது எண்ணமும் பொருந்துகின்ற பொழுது தங்களது உடல் மற்றும் உளத்தகமை ஏற்றதாக அமைகின்ற பொழுது திருமண உறவு நிச்சயமாக வெற்றியளிக்கும் நீங்கள் பொருத்தமான முடிவை எட்டி வாழ்வில் வளம்பெற வாழ்த்துக்கள்

நான் ஓர் மாற்றுத்திறனாளி ஆனால் எந்த அமைப்பிலும் இணையவில்லை மாற்றுத்திறனாளிக்கு உதவ பல்வேறு அமைப்புக்கள் காணப்பட்ட போதிலும் அவை சுயலாப நோக்கததோடு செயற்படுகின்றது என உணர்கிறேன். என் பயத்தைப்போக்க முடியுமா?

- சிந்துஜன், கண்டி

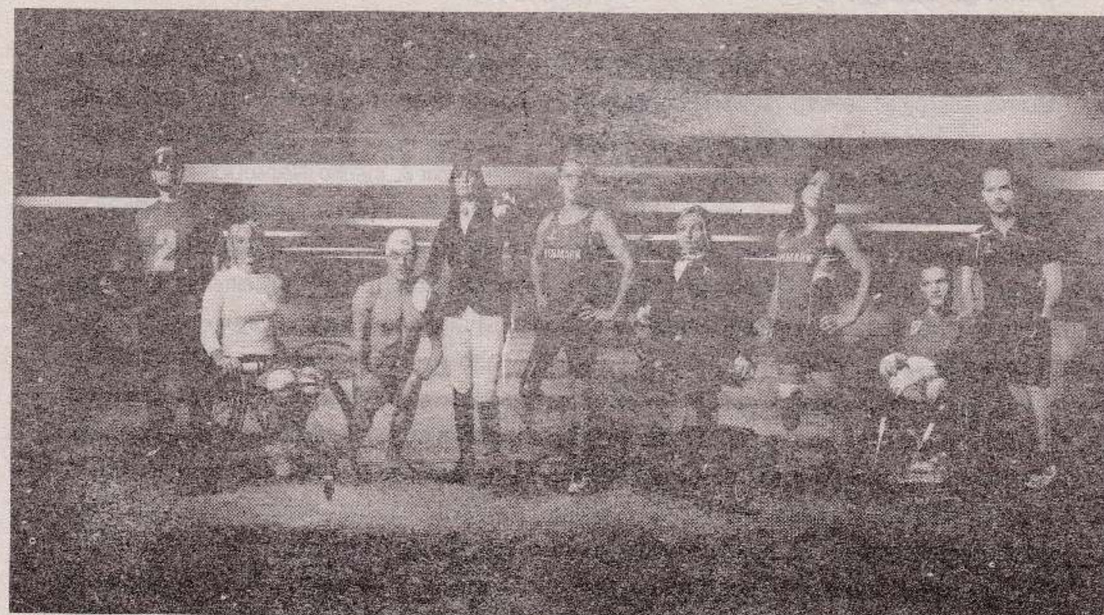
சுயலாபநோக்கோடு அமைப்புக்கள் பணியாற்றுகின்றது என்பது தங்களது தனிப்பட்ட கருத்து. அனைத்து நிறுவனங்களும் அவ்வாறான செல்நெறி உடையவை என்பவை ஏற்புடையதன்றும். அமைப்புக்களில் நீங்கள் இணைவதன்மூலம் உங்களுக்கு ஒரு கூட்டுணர்வு ஒரு பலமும் கிடைக்கும். உங்களுக்கு நம்பிக்கை தரக்கூடிய வகையில் பணியாற்றுகின்ற அமைப்புக்கள் நிச்சயமாக இருக்கின்றன. நீங்கள் ஆராய்ந்து பொருத்தமான அமைப்பில் இருந்து நீங்களும் பயன்பெற்று சமூகத்தை வளப்படுத்துங்கள். உங்களிடம் விடயங்களை ஆராய்ந்து அணுகுகின்ற இயல்பு இருப்பதாக எமக்கு தென்படுகிறன. அதனை பயனுள்ள விதத்தில் பயன்படுத்துங்கள். உங்களால் பலரும் நன்மை பெறட்டும்.

என்னுடன் வேலைசெய்கின்ற இரண்டு பெண்கள் மாற்றுத்திறனாளிகள். ஆனால் அவர்கள் தங்களுடைய வேலையை எங்களைவிட திறமையாக செய்கிறார்கள். அதைப்பார்த்து பொறாமை யாகவும் ஆச்சரியமாகவும் உள்ளது. இதற்கு காரணம் என்ன? அவர்களது திறமை அல்லது இந்த சமூகம் மாற்றுத்திறனாளிகளுக்கு வழங்கிய ஆதரவா ?

- பிரதீபன், வவுனியா

முதலில் உங்களிடம் இருப்பது பொறாமையாக எமக்கு தெரியவில்லை. உங்கள் ஆச்சரியத்துக்கு நீங்கள் கொடுக்கும் விளக்கமாகவே நான் அதைப்பார்க்கிறோம். அவர்கள் திறமை ஒருபுறம் இருக்க உங்களைப்போன்றவர்கள் வழங்குகின்ற ஆதரவும் தான் நேர்த்தியாக அவர்கள் பணி செய்வதற்கு துணைபுரிகின்றன. எனவே தொடர்ந்து நீங்கள் அவர்களோடு இணைந்து பணிசெய்யுங்கள்.

சர்வதேச தினங்கள்



1. சர்வதேச டவுண்சிண்ட்ரோம் (மனநலிவு) தினம்- மார்ச்-21
2. சர்வதேச ஓட்டிச (தற்சிந்தனையாளர்) தினம்- ஏப்ரல் 02
3. சர்வதேச செவிப்புலனற்றோர் தினம் - செப்ரெம்பர் இறுதி ஞாயிறு
4. சர்வதேச உளவள தினம்- ஒக்ரோபர் 10
5. சர்வதேச வெள்ளைப்பிரம்பு தினம்-ஒக்ரோபர் 15
6. சர்வதேச மாற்றுத்திறனாளிகள் தினம்- டிசெம்பர் 03

எண்ணக்கிண்ணம்

உதவும் கரங்கள் வேண்டும்

நிறைந்தினி கொங்காதரன்
உடுவில் கிழக்கு

பிரமன் படைப்பிலே விசித்திர பிறவியாய்
பூமிதனில் பிறந்துவிட்ட ஒரு சுமையாகும்
பாடசாலை செல்லாது பல பட்டம் பெற்றிடும்
உன்னத மானிடப்பிறப்பே மாற்றுத்திறனாளிகள்.

தாயின் கருவறையில் உல்லாசமாக இருந்தபோதும்
பூவுலகின் துன்பங்களை சென்று பார்த்து விடு
அனுப்பி வைத்தான் பிரமன் என்னை
ஊனப்பிறவி என்று அறியாத பெற்றோரும்
அன்புடனே என் வரவிற்காய் காத்துக்கிடந்தனர்.

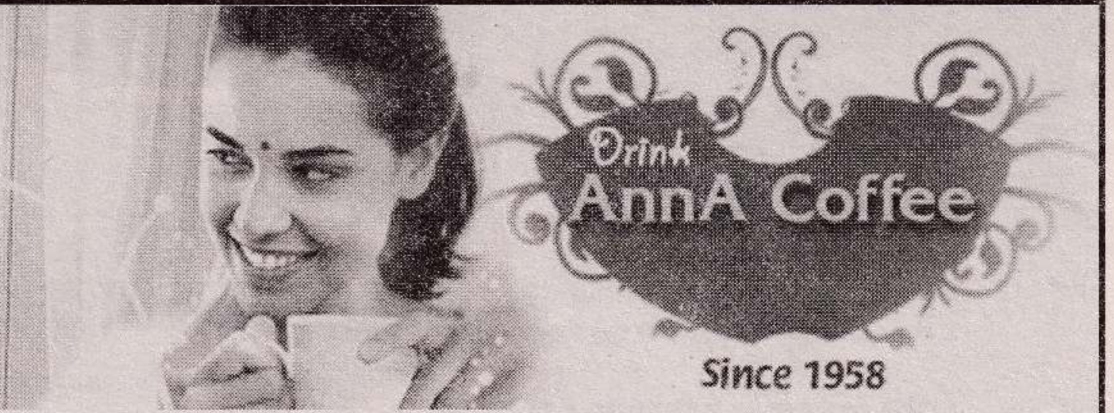
அநாதை இல்லமே எனது வாழ்விடமா? என்று
என்மனம் வேதனையில் துடிக்கையில் -இல்லை
என்தன் மடியே உனது பஞ்சு மெத்தை-என்று
மௌன வழியில் உரைத்து-என்னை
அன்புடனே அரவணைத்துவிட்டாள் அன்னை அவள்

ஊனம் என்பது உடலுக்கே அன்றி உணர்விற்கல்ல-என்று
நாள்தோறும் ஊன்றுகோல் எனை அழைத்தது
துணிவோடு எழுந்துவா என அறி உரைத்து
கல்வியிலே உயர்ந்திட பார்போற்றும் மைந்தனாய்
உதவிக்கரம் கொடுத்து -வாழ்க

"கேட்டீர்களா? சங்கதியை வள்ளியின்
நொண்டி பேடி வைத்தியராவதற்கு தெரிவாம்
பத்திரிகை எல்லாம் ஒரே செய்தியாம்"
பார்க்கின்றேன் கேட்கின்றேன் மீண்டும் மீண்டும்
மாற்றுத்திறனாளி என்னாலும் சாதனை படைக்கமுடியும்
அன்புக்கரங்கள் ஊன்றுகோலாக எமை அணைக்கும் வரை

அன்புடனே அழைக்கின்றேன் இரக்கமுள்ள மானிடரே!
நான் கேட்பது உங்களிடம் யாசகம் அல்ல
என்போன்ற மாற்றுத்திறனாளிகள் இயலாமையால் சரிகின்றபோது
அன்பெனும் மொழிபேசி தாங்கிடும் கரங்களையே
இதுவென்று போதுமே எமக்கு எம்வழியில் துணிவுடன் நடக்க

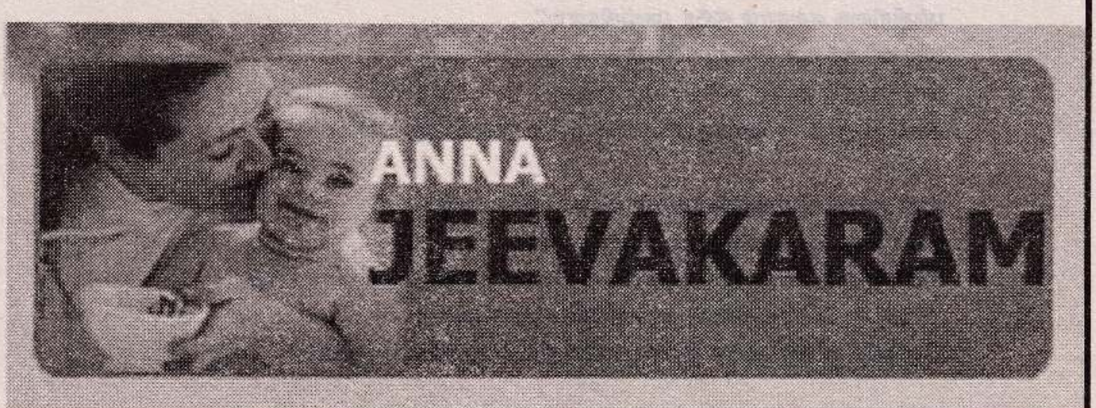
இது, 2016 சர்வதேச மாற்றுத் திறனாளிகள் தினத்தை ஒட்டி கருவி மாற்றுத் திறனாளிகள் சமூக வள நிலையம் நடத்திய கவிதைப் போட்டியில் பரிசு பெற்ற ஆக்கம்.



ANNA INDUSTRY

Inuvil South, Inuvil.

Branches :
New Market Building Jaffna
214/5 Messenger Street. Colombo 12
Vavuniya



வாசிப்பதால் மனிதன் பூரணமடைகிறான்.

கருவியின் ஆண்டு விழா 2017

DOLLARS MULTY SHOP
DOLLARS ELECTRONICS

LED Normal & Decorative Light Bulbs

90% மின்சாரத்தை மிச்சப்படுத்தக்கூடிய அனைத்து வித மின்சார உபகரணங்கள்.
LED பல்புகள் மற்றும் அனைத்துவித அலங்கார பல்புகள் என்பனவற்றை ஒரே
இடத்தில் பெற்றுக் கொள்ள நாடவேண்டியது....

டொலர்ஸ் மல்ரி சொப்
டொலர்ஸ் எலெக்ரோனிக்

No.11B Stanley Road, Jaffna
No.244 K.K.S Road, Jaffna
T.P:- 0768289517
0770632559

இல.11 ஸ்ரான்லி வீதி, யாழ்ப்பாணம்
(முட்டாசுக் கடைச் சந்தி)
இல.244, கே.கே.எஸ் வீதி,
யாழ்ப்பாணம்

ISSN 2513-2989
9 772513 298007

தேவி Printers, Jaffna. 021 300 3030