ISSN 2792-1026

துணிந்தெழு

வரலாறு படைக்க இருக்கும் வைர நெஞ்சங்கள்

Sky Tamil Media Network (Pvt)Ltd
பதிவு இல: PV 00249082
+94776391188 www.skymediasl.com skytamil.lk@gmail.com
மாதந்தோறும் இதழ் - 19 15 ஜனவரி 2022 @skytamil.lk

இலங்கையைச் சேர்ந்த கத்தார் நாட்டில்
காற்பந்தாட்ட விளையாட்டில்
கலக்கி வரும்
அமாத் பின் அன்வர்!

அரபு எழுத்தணிக்கலையில்
அட்டாளைச்சேனை
ஹக்கீம் அஹமத்

Oriflame
வியாபாரம் என்பது
சம்பாதிக்க கூடிய வியாபாரம்
நஸ்ரின் யூஸுப்

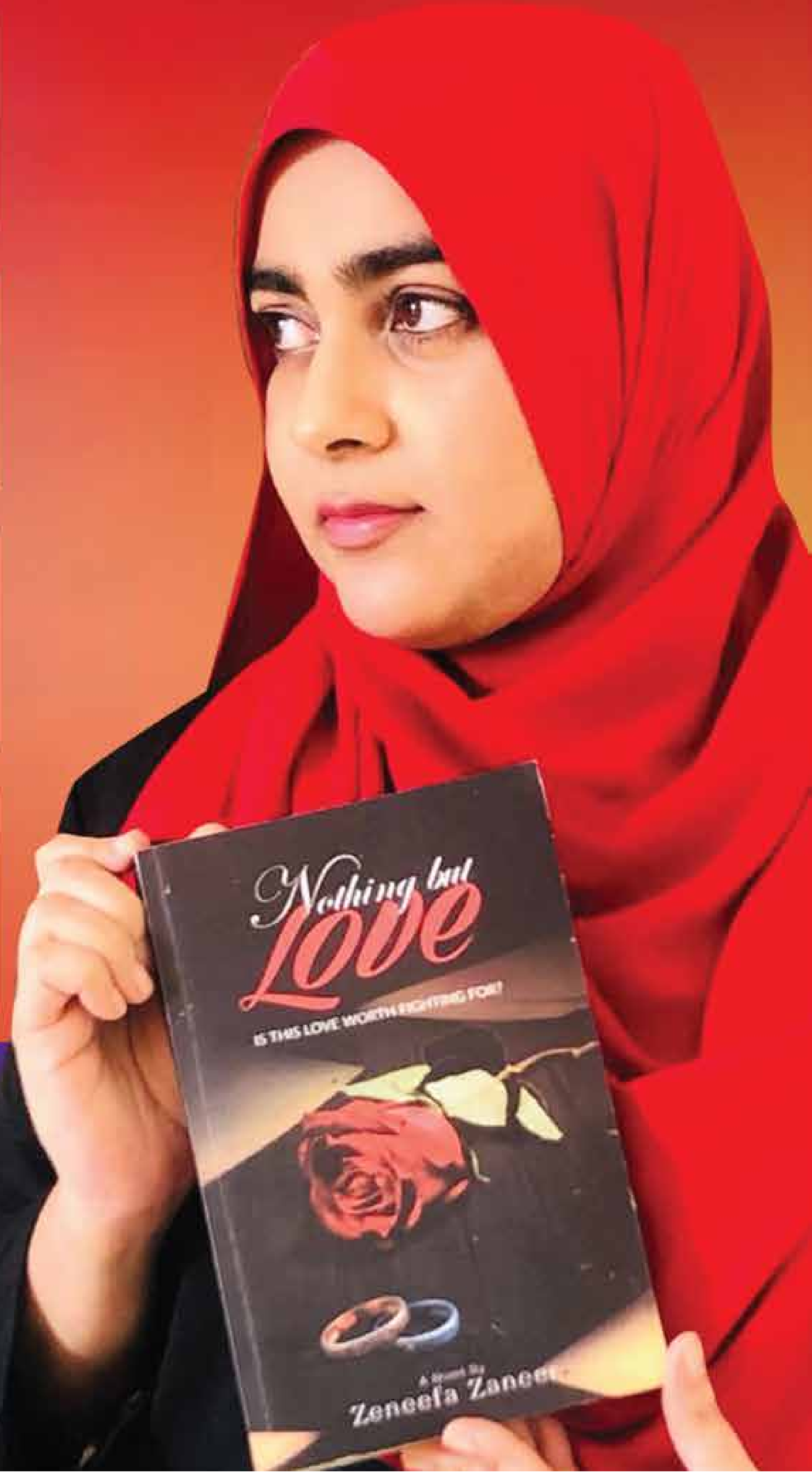
புகைப்படத் தொகுப்பு
புகைப்படக் கலைஞர்களுக்கான களம்
அறிமுகம்

சிங்கள இலக்கியம்

மூலம் சமூக, சமய பணிபுரியும்
பெண் எழுத்தாளர்

ஸெனீபா ஸனீர்

அவர்களுடனான நேர்காணல்



துணிந்தெழு

வரலாறு படைக்க இருக்கும் வைர நெஞ்சங்கள்

@skytamil.lk

மாதமிருமுறை | இதழ் - 19 | 15 ஜனவரி 2022

இலங்கையைச் சேர்ந்த கத்தார் நாட்டில் கால்பந்தாட்ட விளையாட்டில் கலக்கி வரும் அமாத் பின் அன்வர்!

04 பக்கம்

15 பக்கம்

Oriflame வியாபாரம் என்பது சம்பாதிக்க கூடிய வியாபாரம் நஸ்ரின் யூஸுப்

சிங்கள இலக்கியம் மூலம் சமூக, சமய பணிபுரியும் பெண் எழுத்தாளர் ஸெனீபா ஸனீர் அவர்களுடனான நேர்காணல்

23 பக்கம>

40 பக்கம்

அரபு எழுத்தணிக்கலையில் அட்டாளைச்சேனை ஹக்கீம் அஹமத்

44 பக்கம்

துணிந்தெழு

வரலாறு படைக்க இருக்கும் வைர நெஞ்சங்கள்

பிரதம ஆசிரியர்:

ஜே.எம்.பாஸித்

இணையாசிரியர்:

நுஸைலா பதுர்தீன்
பாத்திமா ஷிப்னா ஆதம்
றொஸான் முஹம்மட்
அஸ்வர் ரிஸ்வி

நிர்வாக குழு:

பாதிமா முனீரா
அம்னா இர்ஷாட்
குலசிங்கம் கிலசன் - ஊடகவியலாளர்
CMU. தாரிக் முஹம்மத்
ஆர்.எம்.சப்ராஸ் - ஊடகவியலாளர்
பாஷிரா ஜுனைடீன் - ஊடகவியலாளர்
முஹம்மட் ஹாசில் - ஊடகவியலாளர்
ஷஹ்னா ஸப்வான்
பஹ்ரியா பாயிஸ்

ஆசிரியர் குழு :

ஆதம்பாவா முஹம்மது சாஜித்
எம்.பஹ்த் ஜுனைட் - ஊடகவியலாளர்
ஜவ்சன் அஹமட் - ஊடகவியலாளர்
பாத்திமா சிரோணி
ஷகீனா ஷாகிர்
தி.தர்சினி
அகீப் நஸ்ீர் - Graphic Designer
எம்.ஜ.எம். முபீத்
மஜினா உமறு லெவ்வை
பாத்திமா பின்த் சம்சுதீன்

ஆலோசகர்கள் :

கலாபூஷணம் நூருல் அயின் நஜ்முல்
கவிஞர் நஜ்முல் ஹுசைன்
ரஷீத் எம். பியாஸ் (நளீமி)
வசீமுல் அக்றம் - சட்டத்தரணி
ரிம்ஸா முஹம்மத் - எழுத்தாளர்
அமின் மொஹமெட் (தமிழ்நெஞ்சம்)
பிஸ்ரின் முஹமத் - ஊடகவியலாளர்
ரினூசா நௌஷாட் - ஊடகவியலாளர்
ஜெஸீம் ஏ. ஹமீட் - ஐக்கிய இராஜ்ஜியம்

இறைவனின் அருளாளும், துணிந்தெழு வாசகர்களின் ஆதரவுடனும், சஞ்சிகை ஆசிரியர் குழுவினரின் விடா முயற்சியுடனும், புதிய மாறுதல்களுடன் வீறுநடை போட்டுக் கொண்டிருக்கிறது எமது துணிந்தெழு சஞ்சிகை. புகழனைத்தும் இறைவனுக்கே அல்ஹம்மதுலில்லாஹ்!

துணிந்தெழு சஞ்சிகை வளர்ச்சிக்கு உறுதுணையாக இருக்கும் எல்லாம்வல்ல இறைவனுக்கும், வாசகர்களுக்கும், சஞ்சிகை ஆசியர்குழாமிற்கும் நெஞ்சார்ந்த நன்றிகள்.

ஜே.எம்.பாஸித்
பணிப்பாளர்
ஸ்கை தமிழ் மற்றும்
துணிந்தெழு சஞ்சிகை
+94776391188

தங்களது படைப்புகளும் எங்களது சஞ்சிகையில் இடம்பெற வேண்டும் எனில் கீழ் குறிப்பிட்ட ஈமெயில் மற்றும் வட்சப் இலக்கத்திற்கு அனுப்பி வையுங்கள்

+97431060249 skytamil.lk@gmail.com
www.skymediasl.com

விரைவில்...
GET IT ON Google Play | Available on the App Store

#Thuninthelu #skytamil.lk skytamil.lk skytamil.lk

Scan QR Code

இலங்கையைச் சேர்ந்த கத்தார் நாட்டில்

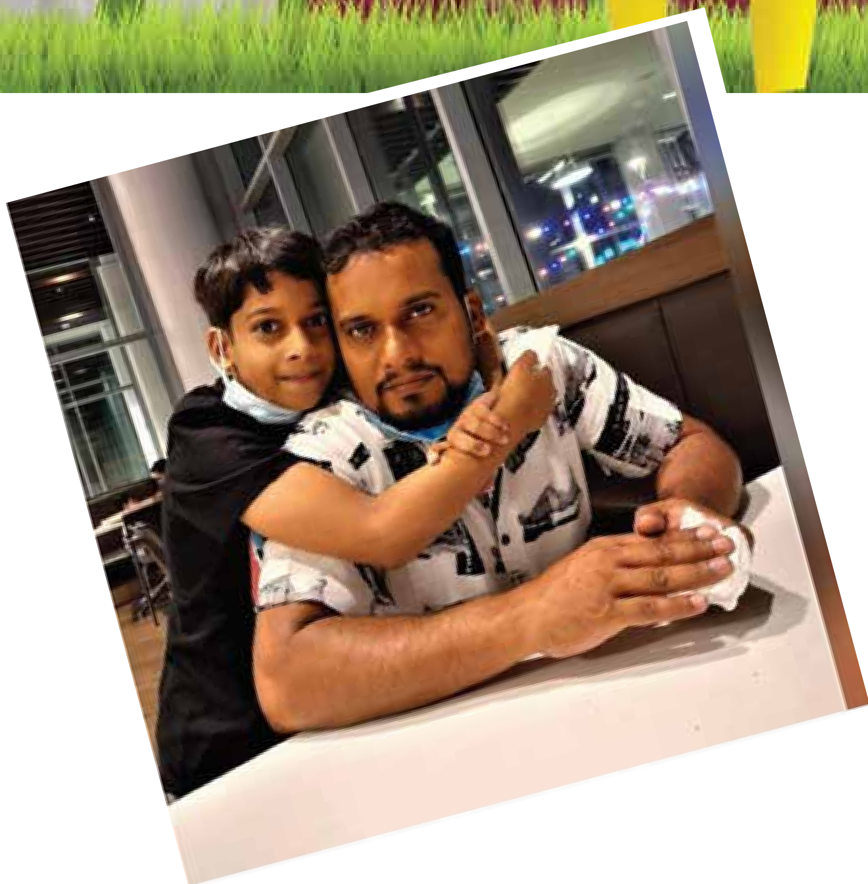
காலப்பந்தாட்ட விளையாட்டில்

கலக்கி வரும் பதின்ரெண்டே வயதான

அமாத் பின் அன்வர்!

கத்தார் நாட்டில் வசித்துக் கொண்டிருக்கும் அப்துல் வாஹித் அன்வர் அவர்களின் இரண்டாவது புதல்வன் அமாத் எனும் சிறுவன் கத்தார் ஸ்டாப்போர்ட் ஸ்ரீலங்கன் பாடசாலையில் தரம் 06 இல் கல்வி கற்றுக் கொண்டிருக்கின்றார். மற்றும் Asian Football Academy (AFA) எனும் பயிற்சி நிலையத்தில் பயின்று கொண்டிருக்கும் சிறுவன் அமாத் அவர்கள் தற்போது தன்னுடைய ஆர்வத்தினாலும், விளையாட்டுத் திறமையினாலும், Qatar Sports Club (QSC) பன்னிரெண்டு வயதுக்கு உட்பட்ட அணியில் விளையாடுவதற்காக தெரிவு செய்யப்பட்டுள்ளார்.

இலங்கையை தாய் நாடக கொண்ட அன்வரின் புதல்வர் கத்தாரில் பிறந்து கத்தாரை வசிப்பிடமாக கொண்டவர். பன்னிரெண்டே வயது நிரம்பிய இச் சிறுவனின் உதைப்பந்தாட்ட விளையாட்டுத் திறமையானது பல கழகங்களினில் கூட இடம் பெறச் செய்துள்ளமை பாராட்டத்தக்க அம்சமாகும்.



கல்வியிலும், விளையாட்டுத் துறையில் பல வெற்றிகளையீட்ட வேண்டும். மேலும் பல சாதனைகள் புரிந்து வெற்றிக் கிண்ணங்களை ஈட்டிக் கொள்வதுடன் எதிர்காலத்தில் சிறந்த ஒரு விளையாட்டு வீரனாக வலம் வர வேண்டுமென வாழ்த்துக்களை தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

கனவில் எஞ்சியிருக்கும் ஒரு துளி இரவு

இந்த இரவின் துகள்களை
எண்ணி முடிக்க நீ
என்னோடு இருந்திருக்கலாம்!

சடுதியாய் தோன்றி மறையும்
ஒரு கனவின் சாயலைப்
போல் நீ எங்கோ
மறைந்தே போய்விட்டாய்

இந்த இரவின் துகள்களின்
எண்ணிக்கைகள்
குறைந்தபாடில்லை
நினைவுகளின்
வரட்சிகளில் செழிப்புகளைக்
காணவேயில்லை

இரவை ஆசிப்பது
பிடித்துப் போகிறது
என்றாய்
நிலவின் மேனியில்
உன் முதல் எழுத்தைப்
பதித்துக் கொண்டேன்

நட்சத்திரங்களின்
கோலங்கள் பிரம்மிப்பு
என்றாய்

உன் இரண்டாம் எழுத்தை
கோலங்கலாய் வரைய
நட்சத்திரங்களிடம்
வேண்டிக் கொண்டேன்

இராக்காற்று சுகம்
என்றாய்
உன் மூன்றாம்
எழுத்தை காற்றிடம்
கையளித்தேன்
இரவுலகின் தீபங்களில்
பதிந்திடச் சொல்லி

இரவுமலர்களின்
வெண்மை அற்புதம்
என்றாய்
உன் நான்காம்
எழுத்தை வெண்மைகளில்
மருவிக் கொள்ள
மலர்களிடம் தூது
சொன்னேன்

இனிதாய் இயற்கைகளில்
கலந்துபோன உன்
இங்கிதங்களில் நான்
மெய்மறந்து பித்தனானேன்!

நீயோ
கானல் நீர் ராணியாகி
நிலவின் முதுகுவீட்டில்
மறையும் கனவுகளின்
இலக்கணங்களை
வடித்துக் கொள்கிறாய்

இந்த இரவின் ஒளிகள் எல்லாம்
உன் சாம்ராஜ்யத்தின்
வெண் முத்துக்களாய்
தடம் மாறிவிட்டன

இப்போது என் லோகத்தில்
எஞ்சியிருப்பதெல்லாம்
கருத்துப் போன
வெறும் கரும் இருள்கள்தான்

என்னை என்பாட்டில்
விட்டுவிடு
இந்த இருள்களையேனும்
எண்ணிக் கொள்கிறேன்

சுமைல் ஹரீஸ்
மூதூர்

தோஹா சர்வதேச புத்தகக் கண்காட்சி 2022

கத்தாரின் 31ஆவது தோஹா சர்வதேச புத்தகக் கண்காட்சி இன்று (வியாழக்கிழமை) தோஹா கண்காட்சி மற்றும் மாநாட்டு மையத்தில் (DECC) ஆரம்பமாகவுள்ளது.

இந்த கண்காட்சியில் உலகம் முழுவதிலுமிருந்து 37 நாடுகள் பங்கேற்கின்றது. கத்தார் கலாச்சார மற்றும் பாரம்பரிய நிகழ்வுகள் மையம் பிரதிநிதித்துவப்படுத்தும் கலாச்சார அமைச்சகத்தால் மிகவும் எதிர்பார்க்கப்பட்ட நிகழ்வுகளும் ஏற்பாடு செய்யப்பட்டுள்ளமை குறிப்பிடத்தக்கது மேலும் வெள்ளிக்கிழமை தவிர, வாரம் முழுவதும் காலை 9 மணி முதல் இரவு 10 மணி வரை நடைபெறும்.

2022 ஜனவர் 22 வரை இப்புத்தக கண்காட்சி இடம் பெறும்.

சந்திப்போமா!!!

அப்துல்லாஹ் சியாமீர்
கொழும்பு–13

சந்திப்போமா அந்தநாள்
மிக அருகில் தான் இருக்கிறது என்னவளே...
உன்னை சந்திக்க மாட்டேனா என்ற
ஏக்கத்திற்கு விடைகொடுக்கும் அந்தநாள்

மிக அருகில் தான் இருக்குதடி
அந்தி மாலை நேரம் உன்னை
சந்திக்க போகிறேன்
என்ற ஆவலுடன்...

உனக்காய் காத்திருக்கும் நான்...
நீ வருவாயா இல்லையா என்ற
குழப்பத்தோடு இருக்கும்
என்னை இன்பப்படுத்த
அந்த நேரம் வந்தாய்!!

உன்னை சந்தித்த
அந்த நொடிப்பொழுது
உன்னுடன் பேச
ஓர் தயக்கமடி...

சில்லென வீசியது.. காற்று!!!
சோவென பெய்ந்தது ... மழை!!!

நீயும் நானும் மழையில் நனைந்த
அந்த நொடி உன்னில்
நான் கண்ட புன்னகை ....
அந்த நாள் மிக அருகில்
தான் இருக்குதடி....

சிறையில் சிக்கியவள்!

வேஷமில்லா பாசம் என்றெண்ணி ...
மாசற்ற என் உள்ளமது ...
சூழ்வினை செய் தோழமைகளில்...
மெய் மறந்து நட்பாட.....
தூசு மிகைத்த உள்ளங்களவை ....
மாசு படிந்து பழி தீர்க்க....
உயிர் நட்பும் உடன் வராதென்பதை...
உயிந்துணர நாதியற்றவளாய்...

உதவிக் கரங்களும் பஞ்சமாக....
பொறாமை நெஞ்சங்களும் மிஞ்சிப் போக....
நட்பின் ஸ்பரிசமோ இறந்தே போக....
துயரம்புகளோ எனை விடாமல் தாக்க....
சொல்லொன்னா வலிகளை
என்னுள்ளே சிறை பிடித்தவளாய் ...

மாயமான இவ்வுலகில் ...
போலியான நட்பு வட்டாரத்தில் ...
நானும் ஓர் நிலையில்லா நட்பானேன்...
சுற்றியுள்ள தோழமைகளின் ....
எதிர்பார்ப்பு என்னவென்று ....
புரியாப் புதிராய் நானும் இங்கே....
தடம் மாறும் உறவுகளாய் ...
நிலையில்லா நட்பிலக்கணங்களின் ....
விம்பங்களின் பிரதிபலிப்புக்களில் ....
மதிமயங்கும் இன்னவள்....
போலி நட்புச் சிறையில் சிக்கியவள்!

ஹாஸ்மியா தாஹா
கலாவெவ
அ/கலாவெவ முஸ்லிம் மத்திய கல்லூரி

பாணும் நானும்

உனக்கும் எனக்குமான பந்தம்-பாதியில்
பறிபோய்விடுமோ என்றொரு பதற்றம்!

உன் தோற்றத்தில் நாளுக்கு நாள் மாற்றம்!
உன் நிறத்தில் நேருக்கு நேர் வேற்றம்!
உன் சுவையில் தீடீர் திடீரென சீற்றம்!
ஏனோ இந்த விதவித அரங்கேற்றம்!

ஏழைக்கும் எட்டும் உணவாய் இருந்த-நீ
பட்டமாய் பறந்து எட்டாக் கனியாகிப்
போகிறாய்-எட்டாத் தூரம்!

வெட்டித் தந்தாலும் வெட்டிப் போட்டாலும்
வரண்ட வயிற்றின் வாட்டம் தீர்க்கும்
வள்ளல் குணம் வேறு யாருக்கு-வரும்?!

பருமனிலும் பார்வையிலும்
இரக்கம் இன்றி இறக்கம் காணும்-நீ
விலையில் மட்டும் ஏற்றம் தந்து
ஏக்கம் தாராய்!

ஐந்து பத்தாகி பத்து ஐம்பதாகி
அதுவும் இருமடங்காகி
நூறு தொட்டு வருட இறுதியில்
நூற்றாண்டு விழா கோலாகரமாக
வருகை தரும் போல!

கோதுமை உன் தாய்வீடா? புகுந்த வீடா..?
பல திசையிலும் பரவலாகி பந்தாடுகிறது
மாமியாரின், பணமோகம்!

செங்கோதுமை கலந்த
செங்கமலப்பாணும் வேண்டாம்!
வெண்கோதுமையால் விதைந்த
வெந்தபாணும் வேண்டாம்!
சம்பாவால் சதையானதே
போதும்,சாகும் வரை
சலிக்காமல் உண்டு மகிழ!

பிரட் பிஸ்ஸா, பிரட்கேக்,
பிரட்புடிங்,பிரட் க்ரம்ஸ்
ஸென்விச், டோஸ்டர்-என
பல பல பரிணாமங்களில்
வித விதமாக வலம்வந்தவனை,
கண்டிட கண்கள் தவம்காக்குது,
கடைகள் தோறும்!

ஜேமும் நீயும் பட்டரும் நீயும்
நெட்டாலவும் நீயும் மீன் கொதியும் நீயும்
தேநீரும் நீயும் தேங்காய் சம்பலும் நீயும்
என காதல் மன்மதனாய்
அறுசுவை தீர்க்க விஷ்வரூபம் எடுத்த காலம்
இனியும் நீடிக்கும்?!

நீ என்னை பரிதவிக்க
வைத்துவிட்டு போகலாம்!
ஆனால் உன்னை விட்டு நான்
போவது எளிதன்றே-பல மறைமுக சதிகள் மறைவாக
அரங்கேறினாலும் சரியே!

பாணுக்கும் எனக்குமான நட்பு
தேனுக்கும் மலருக்குமான
உறவாய்-பிரியா நட்பன்றோ!

ஷஹாமாஸனீர்

எதிரும் புதிரும்

நம் குழந்தைச்
செல்வங்களை நினைத்து...
யாரும் நிலை குலைந்து
போக வேண்டாம்!

அவர்கள் சதி வளையில் சிக்காது
சென்றது
அல்லாஹ்வின் பாதையான
சுவர்க்கத்திற்கே சுற்றும் பூமியில்
சுழன்று சென்ற சிட்டுக்களே...!

நீங்களனைவரும்
நாளை மறுமையில்
வானளவு நன்மைகளை
அள்ளி வருவீர்கள்!!

அதற்காகத்தானோ
இப் பயிற்சி இளசுகளே!
இன்றே இறங்கி
விட்டீர்கள் மறுமைக்காக...ஆம்!
ஈமானியத்தை ஓங்கி
வளர்த்திடவே!!!

(கிண்ணியா படகு
விபத்தையொட்டி
எழுதிய கவிதை)

சனீரா ரவுப் – ஜயமாலபுர

மாணவர் விடுதியில் இருந்து பார்!!!

தனிமையின் வரைவிலக்கணம் தெரியும்
உறவுகளின் அர்த்தம் புரியும்!!!
நண்பர்களை குடும்பமாக்கி கொள்வாய்
பக்கத்து அறையை அயல் வீடாக்குவாய்!!!

கடந்த காலத்தின் கண்ணியம் உணர்வாய்
நாளைய பொழுதின் அர்த்தம் புரிவாய்!!!
சவர்க்காரம், சலவைத் தூள் விலை அறிவாய்
பணத்தை பக்குவமாய் பாதுகாப்பாய்!!!

ஆகாரம் மூன்று முறை தான் உன்
விழிகளுக்குள் காட்சி அளிக்கும் அப்போது
உனக்குள் உன் கடந்தகால ஒரு உணர்வு
பிறக்கும் !!! பொறுமையின் ஆழம் புரியும்
பொறுத்திருந்து பார் உனக்காய்
ஒரு பெருமை தெரியும் !!!!

சில நேரம் கல்விக்கூடம் வெறுக்கும்
காத்திருந்து பார் காலம் பதிலளிக்கும் !!!!
எதிர்கால வாழ்க்கைக்கு ஓர் ஒத்திகை
மாணவர் விடுதியில் இருந்து பார் !!!!

அஷ்ரப் பாத்திமா சப்ரினா

அன்பான ஆதரவுகளோடு
முதலாம் ஆண்டிற்குள்
துணிந்தெழு
1
31 ஜனவரி 2022
Thuninthelu
WWW.SKYMEDIASL.COM

இது தான் வெளிநாடு

சின்னஞ் சிறுசுகலாய் சிறக்கடித்துப் பறக்கையிலே.... மனதினில் தோன்றுமடா ஆசை வெளிநாடு....

இக்கரை மாட்டுக்கு அக்கரை பச்சையாம் மூத்தோர் சொன்னது அதை இன்றோர் செயலில் செய்தது நம் நாடு விட்டு கடல் தாண்டி வரும் வெளிநாடு...

நினைக்கும் போது சந்தோஷமாக தான் இருக்கும் வெளிநாடு.. இங்கு வந்து பார்த்தால் தான் புரிந்து கொள்ளலாம் இது தான் வெளிநாடு...

சோகங்கள் கஷ்டங்கள் பல வந்தாலும் பகிர யாரும் இல்லாத வெளிநாடு... இன்னலோ துன்பமோ கேட்டிட யாரும் வராத வெளிநாடு...

ஆயிரம் கஷ்டங்கள் மனதில் இருந்தாலும் யாரிடமும் சொல்லாமல் மறைத்து வாழ பழக்கியது வெளிநாடு....

குடும்ப சுமைக்காக தூண்டில் போட்டு இழுத்துக் கொண்டது வெளிநாடு...மூன்று வேலை வயிறார உண்டவனை ஒரு வேளையேனும் உண்ண யோசிக்க வைக்கிறது வெளிநாடு....

என்ன கஷ்டங்கள் பட்டாலும் குடும்பம் பற்றி நினைக்கையில் கஷ்டங்களை மறைக்க வைக்கிறது வெளிநாடு...

கரங்களில் மாத ஊதியம் பட்டால் பட்ட துன்ப துயரங்கள் கூட மறக்க வைத்தது வெளிநாடு.... எது எப்படி இருப்பினும் இனி வரும் தலைமுறைக்கு தேவை இல்லை வெளிநாடு....

கஷ்டமோ நஷ்டமோ தன் நாட்டோடு வீட்டோடு இருக்கட்டும் தேவை இல்லை வெளிநாடு... இனி கால் வைத்து விடாதே வெளிநாடு.... வெளிநாடு பற்றி கவிதை எழுத தூண்டியதும் இந்த வெளிநாடு...

ஏன் என்றால் இவ்வளவு நேரமும் கவி பாடிய நான் இருப்பதும் வெளிநாடு.....

சுஹைப் ஜவாஹிர்
கத்தார்

கல்வி

அறிவாற்றல் அனுபவத்தின் முக்தியதை
ஆறறிவுடையோர் பெற்றிடுவாரே..
இவ்வுலகையே மாற்றிடும் கல்வியது
ஈனும் வாழ்வின் அனைத்தையுமே..

உருப்படியாய் வாழ்ந்திடவே
ஊன்றுகோலாய் நின்றிடுமே
எக்காலமும் அழியாச் செல்வமே
ஏகன் கொடுத்திட்ட கல்வியது...

ஐக்கியத்தை போற்றிடுமே
ஒருங்கமைந்த கல்வியது...
ஓரிரு வார்த்தையில் கூறிட முடியா
ஔடதமாய் பெற்ற கல்வியதை...

கற்றிடுவோம் காலந்தோறும்
கடைசி வரை நம்மோடு இருக்கவே...

சுமையா ரவுப்
ஹெம்மாதகம.

பாவம் அவள் பேதை

ஷப்ரா இல்முத்தீன்
அட்டாளைச்சேனை

ஆபரணங்களுக்குள் அடைக்கலமாகி
அலங்கார ஆடையொன்று
அவள் மேனி பட ஐவிரல் குவித்து
தன் மறுகையின் நடுக்கத்தை
மறைக்க முயலும் அவள் தான்
அன்றைய பெண்பார்க்கும் படலத்தின்
சொந்தக்காரி..

இல்லையில்லை வந்திருப்போருக்கு
ஒரு காட்சிப் பொருள் அவ்வளவே...

விழிகளை பணிவு கொய்து விட
இதழ்களை மௌனம் அடைத்துக் கொள்ள
முகத்தை வெட்கம் முக்காடிட
மூடிய முந்தானைக்குள்
முத்தென மறைந்திருக்கும்
அவள் முகமதின் செழிப்பைப் பார்த்து
சட்டென விழி தாழ்த்தியவனுக்கு
அவளை விரும்ப ஆயிரம் காரணங்கள்..

அவளை வெறுக்க அலையலையாய் உருவாக்கப் பட்டது அங்கேயே பல காரணங்கள்
வீட்டாரினால்..

இங்கே விலை உயர்ந்த பொருளுக்கு
இன்னொரு விலை உயர்ந்த பொருள் தான்
பொருத்தம் போலும்.. பாவம் பேதை அவள்
எதுவும் அறியாது வெட்கம் கலந்த
மூச்சுக்காற்றில் பேச்சின்றி முணுமுணுப்புடன்
மெல்ல நகர

வீடு சென்று முடிவு கூறுகிறோம்
எனும் வாய்கள் அதன் பின்னர் திறக்கப் படும் என
நினைப்பது தகுமா.. திருமணத்திற்கு திகதி
குறிக்கும் என நினைப்பது தகுமா.. இங்கே
எல்லாம் வியாபாரமாகிப் போன காலத்தின்
சூழ்ச்சிக்கு யாரைத் தான் பழி சொல்ல...

இங்கே காத்திருப்புக்களுடன் கலந்து
கற்பனைகளுடன் மிதந்து
ஆங்காங்கே தன்னை அரசியாக்கி
தன் மணவாளன் கரம் பற்றும் நாட்களுக்கு
காத்திருக்கும் அந்த மெல்லிய இதயத்துக்கு
இடியென அவர்களின் மறுப்பு வந்தால்
தாங்கிடுமோ இதயம்..

அதுவும் கல் நெஞ்சக்காரர்களின் காரணமின்றிய
காரணத்துக்காக... கை வளையல்கள் உடைய
கண்ணிமைகள் வலிக்க கைநகங்கள் ஒரு
கோழையின் முன்னால் வெட்கித்ததை நினைத்து
வெப்பமாக சலனமற்ற அந்த பெண் தேவதைக்குத்
தெரிந்திருக்க வாய்ப்பில்லை..
இந்த உலகம் ஒரு விற்பனைக் கூடம் என்று..

இத்தனைக்கும் அவள் கரங்கள் பிரார்த்தனைக்கு
ஆயத்தமாகி விட இங்கே அவனோ இன்னுமோர்
பெண் வீட்டை நோக்கி நடைப் பிணமாக....

துணிந்தெழு
வரலாறு படைக்க இருக்கும் வைர நெஞ்சங்கள்
@skytamil.lk
மாதமிருமுறை | இதழ் - 19 | 15 ஜனவரி 2022

உம்மாவின் மூன்று ஆண்டு

கவிமணி கவிநுட்பம்
ஓட்டமாவடி – இலங்கை

பத்து மாதம் எனைச் சுமந்து
பாதாதி விந்தம் வலிந்து
முத்து போல் உயிர் கொடுத்த தாயே..

நீ வலி பொறுத்து என்னை
இந்த உலகிற்கு கொண்டு
வந்தாய்.. அதனால் தான்
எனக்கு வலிக்கும் போதெல்லாம்
உன்னையே அழைக்கிறேன்
உம்மா என்று.

வாழ்வு முழுவதும் எனக்கு
அன்பு கொடுக்கும் ஒருத்தி,
தன் வாழக்கையை எனக்காக
அர்ப்பணித்த ஒருத்தி,

துன்பத்திலும் சரி இன்பத்திலும் சரி
என்னுடனே இருக்கும் ஒருத்தி,
எப்போது விழுந்து நடந்தாலும் சரி..
இப்போது நிமிர்ந்து நடந்தாலும் சரி
என்னை தாங்கும் ஒருத்தி..,

மெழுகுவர்த்தி போல
தன்னை உருக்கி
எனக்கு ஒளி கொடுக்கும்
ஒருத்தி, உடல் உயிர் கொடுத்து
இந்த உலகிற்கு
என்னை படைத்த ஒருத்தி,

நான் விழுந்து விட்ட நிலைகளில்
நீ விழுந்து என்னை தூக்கி விட்டாய்,!

விலைமதிப்புள்ள அனைத்தையும்
எனக்கு கொடுத்தாய்..!

அதனால் தான் இறைவன் விலை மதிக்க
முடியாத பொக்கிஷமாக உன்னை
எனக்கு தாயாக கொடுத்துள்ளான்.

நான் இந்த உலகிற்கு வரும்
முன்னரே நான் கேட்டு ரசித்த அழகான
இசை உம்மாவின் இதயத் துடிப்பு
மட்டுமே...!

என்னைப் படைத்து..
என்னில் தன்னைக் கண்ட
கண்ணின் மணியே..
கருணைக் கடலே..
உன்னின் மகளாகி..
உனக்கே தாயாகும்
பெரும் பாக்கியம் தந்த
அருமைத்தாயே

தாயே.. தமிழே.. என் உயிரின் உயிரே..
உனைப்பிரிந்து நான் வாடும் இந்த
மூன்றாம் ஆண்டின் நினைவு நாளில்..

என்னில் புகுந்து.. என்னில் நிறைந்து..
ஒன்றில் ஒன்றாகி.. உயிரின் திருவாகி
மண்ணில் வாழும் காலம் முழுதும் என்
மனதில் வாழ்ந்து எனைக் காப்பாயே..!!

போதையற்ற பாடசாலை

மனவலிமையான மாணவர் சமூகம்

எம். பிக்றா அன்சார்
சம்மாந்துறை

பரந்து விரிந்து கிடக்கின்ற இவ்வுலகானது சமூகமயமாதல் காரணமாகவும், பல்வேறு தொழிநுட்பவியல் காரணமாகவும் சுருங்கி கிடக்கின்ற அதேவேளை மனிதர்கள் பலவற்றில் பால், பல்வேறு தேவையுடையவர்களாக திகழ்கின்றனர். அதே போல் சிலர் தேவையற்றதன் பால் தமது முழுக்கவனத்தையும் செலுத்தி, சீர்கெட்டு, அழிந்து கொண்டிருக்கின்றனர். இன்றைய நவீன உலகானது, மனிதனின் கவனக் கலைப்பிற்காக பல்வேறு விடயங்களை அடக்கி வைத்துக் கொண்டிருக்கின்றது.அதாவது தேவையற்ற கைபேசி பாவனை, போதைப் பாவனை, ஆட்கடத்தல், களவு என்பன அவற்றுள் சிலவாகும். இவற்றுள் போதைப்பொருள் பாவனையானது இன்றைய உலகில் தலைவிரித்து ஆடிக் கொண்டிருக்கிறது. அது மட்டுமல்லாது, பலரின் வாழ்க்கையை ஆட்டிக் கொண்டிருக்கின்றது. இந்த அச்சுறுத்தலில் பலவந்தமாக சிக்கியவர்கள் மாணவர் சமூகமே என்பதை மறுக்க முடியாது.

போதைப்பொருள் பாவனை என்பது, ''தொடர்ச்சியான பாவனையின் காரணமாக தம்மை அடிமைப்படுத்துகின்ற, உடலுக்கு தீங்கினை விளைவிக்கக் கூடிய, சமூகத்திலிருந்து பின் வாங்குவதற்கு வழி அமைக்கின்ற ஒரு செயன்முறை'' ஆகும். இப் போதைப் பொருளானது பல கொப்புக்களாக பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. அதில் சிகரட் பாவனை, விஸ்கி பாவனை, ப்ரொந்தி பாவனை, போதை ஊசிகள் பாவனை, போதை மாத்திரைகள் பாவனை என பல பாவனைகளை அடுக்கிக் கொண்டு செல்லலாம். மேற்கத்தேய நாடுகளில் பல ஆராய்ச்சிகள் போதைப்பொருள் பாவனை சார்பாக நடத்தப்பட்ட போது, நீண்ட நாள் மன அழுத்தம் காரணமாகவும், குடும்பக் கவலைகள் காரணமாகவும் போதைப்பொருள் பாவனை அதிகம் என தெரியவந்துள்ளது. நீண்ட நாள் மன அழுத்தத்திற்கும், கவலைகளுக்கும் போதைப்பொருள் பாவனை தீர்வாக அமையவே முடியாது. இதற்கான தீர்வாக மீன்வளர்ப்பு, தோட்டச் செய்கை, நண்பர்கள், உறவினர்களுடன் அதிகநேரம் உறவாடல், அதிகளவில் சமய நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ளல் என்பவற்றை செய்யமுடியும். இவற்றின் மூலமாகவும் தமது கவலைகளையும், மன அழுத்தத்தையும் தீர்க்க முடியாது போனால், சிறந்த உள நோய் மருத்துவரை அணுக முடியும். ஆனால், இவற்றையெல்லாம் மறந்து விட்டு தற்கால நவீன மனிதன் போதையின் பால் ஈர்க்கப்பட்டு பாரிய பிரதிகூலங்களை உடல் ரீதியாகவும், உள ரீதியாகவும், சமூக ரீதியாகவும் பெற்றுக் கொள்கின்றான் என்பதில் எவ்வித ஐயமும் இல்லை என்பதை எம்மால் விளங்கிக் கொள்ள முடிகின்றது.

இன்றைய காலகட்டத்தில் பல மாணவர்கள் போதைப் பொருள் பாவனையில் மயங்கிவிட்டனர். மாணவர் சமூகத்தை மாத்திரம் எம்மால் குற்றம் சுமத்தி விட முடியாது. மாணவர்களை வளர்த்துக் கொண்டிருக்கும் ஆசிரிய பெருந்தகைகளும் மதுவால் மயங்கியதை எம்மால் மறுக்கவோ, மறைக்கவோ முடியாது. சில பாடசாலைகளில் மதுவை அருந்திக்கொண்டே, மாணவர்களுக்கு குறிப்பிட்ட சில ஆசிரியர்கள் கற்பிக்கச் செல்கின்றனர். பின்னர் குறித்த சிறிய தவறுகளை இழைக்கின்ற மாணவர்களுக்கு இரத்தம் சிந்தும் வகையில் தண்டனை வழங்கி, அவரோ சிறைக்கு கைதியாக செல்கின்ற செய்திகளை நாம் கேள்வியுற்றுள்ளோம்.

இது ஒருபுறம் இருக்க, மற்றைய புறமாக மாணவர்கள் "எந் நோக்கத்திற்காக பாடசாலைக்கு வருகின்றோம்?" என்பதை மறந்து தமது காலத்தையும், நேரத்தையும் கடத்திக் கொண்டிருக்கின்றனர். அதுமட்டுமல்லாது, பெண் மாணவிகள் "நாங்கள் என்ன, உரிமையில் குறைவா?" என்ற நோக்கத்துடன் அவர்களும் போதையை பயன்படுத்துவதை தற்காலத்தில் காணமுடிகின்றது. ஆனால் ஆண் மாணவர்களே மது பாவனையில் அதிகம் என்றாலும், பெண் மாணவிகள் வளர்ச்சியில் இருந்து கொண்டிருக்கின்றனர். இன்றைய சில பாடசாலைகளில் சுவர் வழியாக போதைப்பொருட்களை, ஆசிரியர்களின் கண்ணில் படாதவாறு பெற்றுக்கொள்கின்றனர். இதனை காணுகின்ற பெண் மாணவிகள், ஆண் மாணவர்களுக்கு உடந்தையாக செயற்பட்டு ஆசிரியர்களிடம் மறைத்து விடுகின்றனர். இந்நிலை மாணவர்களிடையே தொடர்ந்து கொண்டு வருமானால், மாணவர்களின் வாழ்வை மது மறைத்துவிடும் என்பதை கூறுவதில் எவ்வித கலங்கமும் இல்லை.

'ஒரு பக்கம் உதடு
மறுபக்கம் நெருப்பு
சொர்க்கம் நடுவினிலே!
எத்தனை துன்பம், எத்தனை இன்பம்
எரிகின்ற உலகினிலே!......'

இப்பாடல் வரிகள் உமக்கு தெரிந்திருக்கக் கூடும். இன்றைய சமூக வலைத்தளங்களில் பொதுவாக காணக்கூடிய பாடலாகும். மதுவைப் பாவனை செய்கின்ற, குறித்த சில வினாடிகளில் அது இன்பமாகவோ அல்லது சுவர்க்கமாவோ விளங்கக் கூடும். ஆனால், எதிர்காலத்தில் வரக்கூடிய சுவாசப்பை அழற்சி, சுவாசப் புற்றுநோய், குருதியமுக்க அதிகரிப்பு என்பவற்றிற்கு யார் பதிலளிப்பது?

பாடசாலைகளில் ஆண் மாணவர்கள், மது பாவனை செய்துகொண்டு பெண் மாணவிகளிடம் தேவையற்ற வார்த்தைப் பிரயோகத்தை செய்தல், தாய்க்கு சமமாக மதிக்க கூடிய ஆசிரியைகளை வேறு நோக்கத்தில் கண்காணித்தல் என்பன வெட்கிக்கக் கூடிய செயலாகவும், வெறுக்கக் கூடிய செயலாகவும் அமைந்து விடுகின்றன. இவ்வாறான மாணவர்களுக்கு அதிபர்களால் தண்டனை

வழங்கப்பட்டு வந்தாலும்கூட, மாணவர்களால் அப் பாவனையை விட முடியாதுள்ளது. ஆகவே, போதைப்பொருட்களுக்கு அடிமையான மாணவர்களுடன் இருந்து சற்று விலகி இருப்பது மற்றைய மாணவர்களிற்கு நலவு. ஆனால் இவ்வாறு போதைப்பொருள் பாவனை செய்கின்ற மாணவர்கள், சமவயது குழுமத்துடையோருக்கு மன அழுத்தத்தை வழங்கி அவர்களையும் பயன்படுத்த தூண்டுகின்றனர். சில மாணவர்கள் பெற்றோரின் கவனக் குறைவாலும் போதை பொருளுக்கு அடிமையாகின்றனர்.

இவற்றையெல்லாம் கண்காணித்த இலங்கை அரசு, பல்வேறுபட்ட நடவடிக்கைகளை முன்னெடுத்துள்ளது. போதை பொருள் பயன்படுத்துனர்கள், போதைப் பொருள் கடத்துனர்கள், போதைப் பொருள் விற்பனையாளர்கள் என்போரிடம் இருந்து அதிக பணம் அறவிடுவதும், சிறையில் பிடித்து வைப்பதும், ஜூன் 26ம் திகதியை போதைப்பொருள் ஒழிப்பு தினமாக பிரகடனப்படுத்தி, மக்களுக்கு போதைப் பொருட்கள் பற்றிய தெளிவினையும் வழங்குகின்றது. ஆனாலும், மேற்கத்தேய அரசாங்கங்கள் போதைப்பொருள் பாவனையாளர்களுக்கு மரண தண்டனையை வழங்குகின்றது. ஆகவே, போதைப் பொருள் பாவனையற்ற சமூகத்தையும் பாடசாலைகளையும் உருவாக்குவதுடன், சிறந்த மாணவ சமூகத்தையும், சிறப்பான உலகையும் அடைந்திடுவோம்.

சிந்திப்போம்!
செயற்படுவோம்!
சிறப்பான வாழ்விற்கு
தயாராகுவோம்!

நஸ்ரின் யூஸுப்

Oriflame விற்பனையாளர்

Oriflame வியாபாரம் என்பது பணத்தை மட்டும் சம்பாதிக்க கூடிய வியாபாரம் என்பதையும் தாண்டி

மனதளவில் மகிழ்ச்சியையும் தரக்கூடிய ஒரு வியாபாரம்

இலங்கையில் மாத்தளையை பிறப்பிடமாகக் கொண்ட Oriflame விற்பனையாளர் பாத்திமா நஸ்ரின் யூஸுப் பற்றி எமது துணிந்தெழு சஞ்சிகையில் அறிமுகப்படுத்துவதில் மகிழ்ச்சி அடைகிறேன்.

இன்றைய காலத்தில் பெண்கள் பணிக்குச் செல்வது அல்லது தங்களது வாழ்வாதாரத்தை உயர்த்திக் கொள்வதற்காக சிறு சிறு கைத்தொழில்களில் ஈடுபடுவது என்பது அதிகரித்துவிட்டது.

அதிலும் குறிப்பாக வீட்டில் இருந்தவாறே தொழில் புரிதல் (Work from home) என்ற முறை பல குடும்பத் தலைவிகள் மட்டுமல்லாது இளம் யுவதிகள் கூட தங்களது வாழ்வாதாரத்தை உயர்த்திக் கொள்வதற்கு மிகவும் உதவியாக அமைந்திருக்கிறது. அண்மையில் நான் பார்த்த வரையில் முசகைடயஅந பொருட்களை விற்பனை செய்வதில் பல பெண்கள் முன்னிலையில் இருக்கின்றனர். இவர் ஆரம்பத்தில் ஒரு சாதாரண விற்பனையாளராக இணைந்து தனது அயராத உழைப்பின் மூலம் ஒரு வருடத்திற்குள் பணிப்பாளர் என்ற இடத்தை அடைந்திருக்கிறார்.

இவருக்குக் கீழ் ஒரு குழுவை அமைத்து அந்தக் குழு மூலம் தனது வியாபாரத்தை நல்ல முறையில் நடாத்திச் செல்வதோடு அந்தக் குழுவில் இருக்கும் அங்கத்தவர்களுக்கும் எவ்வாறு ஒரு வியாபாரத்தை நடத்த வேண்டும் என்று தனது திறமையையும் பயிற்றுவித்துக் கொண்டிருக்கிறார் என்றே கூற வேண்டும். தனது ஆரம்பக் கல்வி தொடக்கம் உயர்தரம் வரை மாத்தளை ஆமினா பெண்கள் தேசிய பாடசாலையில் கற்ற இவர் தனது உயர்தரத்தை தொடர்ந்து திருமண பந்தத்தில் இணைந்தார். தனது திருமணத்திற்குப் பிறகு தன்னுடைய உயர் கல்வியைத் தொடர்ந்த இவர் அந்த முயற்சியில் நல்ல முறையில் தனது BA பட்டப்படிப்பை பூர்த்தி செய்தார்.

தற்போது இவருக்கு 2 பெண் பிள்ளைகள் இருக்கின்றார்கள். குடும்பம் பிள்ளைகள் என்று ஆனதால் வெளியில் சென்று ஒரு வேலை வாய்ப்பை செய்யும் சூழல் ஒன்று இவருக்கு இருக்கவில்லை. அதே நேரம் இவர் தனது பட்டப்படிப்பை வெளிவாரியாக செய்ததால் அதற்கு UCG அங்கீகாரம் இருந்தும் தன் தகுதிக்கு ஏற்றவாறு ஒரு வேலை வாய்ப்பை அமைத்துக் கொள்வதில் சில சிக்கல்கள் இருந்தது. வீட்டை பராமரிப்பது குழந்தைகளைப் பார்த்துக் கொள்வது என்றே தனது நாட்களை கழித்துக் கொண்டிருந்த இவருக்கு தனது நண்பி ஒருவர் மூலமாக Oriflame விற்பனையின் மூலம் வீட்டிலிருந்தபடியே பணம் சம்பாதிக்க முடியும் என்ற ஒரு வாய்ப்பு கிடைத்தது.

ஆரம்பத்தில் ஒரு பொழுதுபோக்கு நோக்கத்திற்காகவே Oriflame விற்பனை செய்ய ஆரம்பித்தார். வாழ்க்கையில் தான் எது செய்தாலும் அது ஒரு சிறிய விடயமாக இருந்தாலும் அதனை முழுமனதோடு விரும்பி செய்யக்கூடிய ஒரு நபர் இவர். தன்னைப் பொறுத்தவரையில் தான் எது செய்தாலும் அதை பூரணமாக எந்த குறையும் இல்லாமல் செய்ய வேண்டும் என்பதில் மிகவும் கவனமாக இருக்கும் தன்மையைக் கொண்ட இவரிடம் இந்த தொழிலில் எவ்வாறான சவால்களை எதிர் கொண்டு இருக்கின்றீர்கள் என்று கேட்டபோது "எனக்கு இந்த தொழிலில் சவால்கள் என்று சொல்வதற்கு எதுவுமில்லை. காரணம் இந்த தொழிலை நான் மிகவும் விரும்பி செய்கிறேன்.
அதனால் பிரச்சினைகள் இதுதான் என்று

குறிப்பிட்டு சொல்வதற்கு எதுவுமில்லை. நான் எதையுமே நேர்மறையாக சிந்திக்கும் ஒரு நபர் எனது வாழ்க்கையை பொறுத்தவரையில் சவால்கள் என்பது ஒரு விடயமாக இருக்கவில்லை என்பதால் இந்த தொழிலிலும் நான் எந்தவித சவால்களையும் நான் சந்திக்கவில்லை என்று தான் கூற வேண்டும். எனக்கு சவால்களும் பிரச்சினைகளும் வந்ததா என்று சிந்தித்துப் பார்க்கும் அளவுக்குக் கூட எனக்கு நேரமில்லை இந்த தொழிலில். காரணம் அவ்வளவு முறையாக இந்த வேலையை நான் செய்து கொண்டிருக்கிறேன்.

ஆனால் இத்தொழிலில் நேர முகாமைத்துவம் தான் ஒரு முக்கியமான விடயமாக இருக்கிறது. நாம் வெளி இடத்திற்கு வேலைக்கு செல்லும் போது அந்த இடத்திற்கு இத்தனை மணித்தியாலங்கள் தான் வேலை செய்ய வேண்டும் என்று நிர்ணயிக்கப்பட்டிருக்கும். ஆனால் வீட்டிலிருந்து வேலை செய்தல் என்பது எந்த நேரத்திலும் எனது வாடிக்கையாளர்கள் அல்லது எனது குழுவில் இருக்கும் அங்கத்தவர்கள் எனக்கு

அழைப்பை மேற்கொள்ளலாம். அதனால் நான் எந்த நேரத்திலும் அவர்களின் அழைப்பிற்கு பதில் கொடுக்கும் நிலையில் இருக்க வேண்டும். இந்த இடத்தில் நேர முகாமைத்துவம் என்பதே முக்கியமான ஒரு விடயமாக இருக்கிறது காரணம் என்னுடைய பிள்ளைகளின் படிப்பு மற்றும் அவர்களை வழிநடத்துதுதல் போன்ற ஏற்பாடுகளுக்கு நான் நேரத்தை ஒதுக்க வேண்டி இருக்கும். ஆனால் எனது வீட்டு வேலைகள் என்று பார்க்கும்போது அவற்றிற்கு எனக்கு மிகவும் உதவியாகவும் ஆதரவாக இருப்பது எனது தாய். வீட்டு வேலைகள் என்று கூறும் போது எனது தாயாரின் ஆதரவு இருப்பதனால் எனக்கு நேரத்தை முகாமைத்துவ படுத்துவதற்கு மிகவும் இலகுவாக இருக்கிறது.

நான் தனி ஆளாக இருந்திருந்தால் ஒருவேளை நிறையவே சவால்களை சந்திக்க வேண்டி இருந்திருக்கும். ஆனால் எனக்கு ஒரு முதுகெலும்பாக எனது பெற்றோர்கள் இருப்பதனால் என் தொழிலை இலகுவாக நடத்திச் செல்வதற்கும் அதே நேரம் எனது பிள்ளைகள் சார்ந்த விடயங்களில் ஈடுபடுவதற்கும் எனக்கு பக்கபலமாக இருக்கின்றார்கள்.

இவ்விடத்தில் எனது பெற்றோருக்கு நான் மிகவும் நன்றி செலுத்த விரும்புகிறேன்." என்று ஒரு அழகான பதிலோடு தனது சவால்களை பற்றியும் நேர முகாமைத்துவம் பற்றியும் குறிப்பிட்டார்.

Oriflame வியாபாரத்தைப் பற்றி உங்களுடைய அனுபவத்தை பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

Oriflame வியாபாரம் வருமானத்தை மட்டும் தரக்கூடியது மட்டுமல்லாது மனதில் ஒரு திருப்தியையும் சந்தோஷத்தையும் சேர்த்தே தருகிறது. Oriflame வியாபாரம் எங்களுக்கு ஒரு அங்கீகாரத்தையும் பெற்று தருகிறது. அத்தோடு அந்த கம்பெனி மூலம் எங்களுக்கு பல பரிசுப் பொருட்களும் தரப்படுகிறது. ஏனைய ஒன்லைன் வியாபாரங்களை எங்களின் Oriflame வியாபாரத்துடன் ஒப்பிடும் பொழுது அதற்கான அங்கீகாரம் கிடைப்பது என்பது மிகவும் குறைவு.

இது இந்த வியாபாரத்தை நாங்கள் மிகவும் ஆர்வத்துடன் செய்வதற்கு தூண்டுகிறது என்று கூடக் கூறலாம். கொரோனா காலத்தில் நாடு முழுவதும் லொக்டவ்னில் இருந்த சமயத்தில் ஏனைய ஆன்லைன் வியாபாரம்களை விட எங்களது இந்த வியாபாரம் மிகவும் வெற்றிகரமாக நடைபெற்றது.

நிச்சயமாக இந்த வியாபாரம் எனக்கு மனதளவில் மிகவும் மகிழ்ச்சியையும் திருப்தியையும் அளிக்கிறது.

இது போன்று நஸ்ரின் யூசுப் தனது தொழிலில் பல வெற்றிகளையும் முன்னேற்றங்களையும் அடைய துணிந்தெழு சஞ்சிகை சார்பாக வாழ்த்துக்கள்.

ஷிப்னா ஆதம்

கேக் என்றாலே அனைவருக்கும் மிகவும் பிடிக்கும். சிறியவர்கள் முதல் பெரியவர்கள் வரை அனைவரும் விரும்பி சாப்பிடுவார்கள். பிறந்தநாள் அன்று கேக் வெட்டி கொண்டாடும் பழக்கம் இந்த உலகில் பலருக்கும் இருக்கிறது. ஆகவே பிறந்தநாள் கேக் கடையில் வாங்கி வெட்டிக் கொண்டாடுவதை விட வீட்டிலேயே செய்து கொண்டாடுவது கூடுதல் மகிழ்ச்சி தரும். எனவே நீங்களே ஈசியாக செய்ய டிப்ஸ் இதோ..

வீட்டிலேயே பிறந்தநாள் கேக் செய்வது எப்படி?

தேவையான பொருட்கள்:

கேக் செய்வதற்கு தேவையானவை:

பால் – 1 கப் அல்லது முட்டை – 3
ஆயில் – 1/2 கப்
வெண்ணிலா எசன்ஸ் – 1/2 டீஸ்பூன்
மைதா மாவு – 1 கப்
பேக்கிங் சோடா – 1/2 டீஸ்பூன்
பேக்கிங் பவுடர் – 1 டீஸ்பூன்
Cake Tin – 1
Butter Sheet – 1
கல் உப்பு அல்லது தூள் உப்பு – ஒரு கப்

Cherry Syrup செய்வதற்கு தேவையானவை:

சர்க்கரை – 1/4 கப்
தண்ணீர் – 1/2 கப்
செர்ரி பழம் – தேவையானவை

அடுப்பில் கேக் செய்வது எப்படி? தெளிவான செய்முறை விளக்கம்..!

கேக் கிரீம் செய்வதற்கு தேவையானவை:

Whipping Cream – ஒரு கப்
சர்க்கரை பவுடர் – 1/4 கப்
Electric Beater அல்லது Whisk

செய்முறை:

ஸ்டேப்: 1

காச்சிய ஒரு கப் பாலில் 1/2 எலுமிச்சை பழத்தை பிழிந்து நன்றாக கலந்து விடுங்கள்.

பிறகு ஒரு மிக்சி ஜாரை எடுத்து கொள்ளுங்கள், அவற்றில் 1/2 கப் கோல்டு வின்னர் எண்ணெயை சேர்த்துக்கொள்ளுங்கள், அதன் பிறகு 1/2 கப் சர்க்கரை சேர்க்க வேண்டும், அதன் பிறகு 1/2 டீஸ்பூன் வெண்ணிலா எசன்ஸ் சேர்க்க வேண்டும், பிறகு நாம் தயார் செய்து வைத்திருந்த பாலினை சேர்க்க வேண்டும் (பாலிற்கு பதில் 3 முட்டைகளை சேர்த்து கொள்ளலாம்). இவை அனைத்தையும் சேர்த்து மிக்சியில் மீடியம் ஸ்பீடில் 5 நிமிடங்கள் நன்றாக அரைத்து கொள்ளுங்கள்.

ஸ்டேப்: 2

அரைத்த கலவையை ஒரு சுத்தமான பவுலில் மாற்றி கொள்ளுங்கள், பின் அதனுடன் ஒரு கப் மைதா மாவு, 1/2 டீஸ்பூன் பேக்கிங் சோடா, 1 டீஸ்பூன் பேக்கிங் பவுடர், இரண்டு ஸ்பூன் பால் பவுடர் ஆகியவற்றை சேர்த்து நன்றாக கலந்து கொள்ளுங்கள்.

ஸ்டேப்: 3

பிறகு ஒரு Cake tin-ஐ எடுத்துக்கொள்ளுங்கள் அவற்றில் வெண்ணையை (Butter) நன்றாக தடவி கொள்ளுங்கள். அதன் பிறகு Butter sheet-ஐ வைத்து நன்றாக செட் செய்து கொள்ளுங்கள். இப்பொழுது தயார் செய்து வைத்துள்ள கலவையை கேக் டின்னில் சேர்க்க வேண்டும்.

ஸ்டேப்: 4

பிறகு குக்கரில் கல் உப்பு அல்லது தூள் உப்பு ஒரு லேயர் கொட்டி கொள்ளுங்கள், பின்பு அடுப்பில் பிரஷர் குக்கர் வைத்து அதன் மேல் ஒரு சிறிய பாத்திரம் அல்லது ஷ்டாண்ட் வைத்து, அதன் மேல் இந்த கேக் டின்னை வைக்க வேண்டும். குக்கருக்கு பதில் நான்ஸ்டிக் பாத்திரத்தையும் பயன்படுத்தி கொள்ளலாம்.

ஸ்டேப்: 5

பின்பு பிரஷர் குக்கரை மூடி, குறைந்தது 30 முதல் 35 நிமிடங்கள் அடுப்பை மிதமான சூட்டில் நன்றாக வேகவைக்க வேண்டும்.
35 நிமிடங்கள் கழித்து குக்கரை திறந்து கேக் வெந்துவிட்டதா என்பதை ஒரு முறை சரிபார்க்கவும். அதற்கு ஒரு குச்சியை கேக்கின் உள் விட்டு எடுங்கள் கேக் குச்சியில் ஒட்டாமல் இருந்தால் கேக் நன்றாக வெந்துவிட்டது என்று அர்த்தம் அதுவே, கேக் குச்சியில் ஒட்டியிருந்தால் திரும்பவும் சிறிது நேரம் வேகவைக்கவும். பிறகு அடுப்பில் இருந்து இறக்கி, கேக் டின்னை மெதுவாக எடுக்க வேண்டும்.

ஸ்டேப்: 6

அடுத்ததாக செர்ரி சிரப் (Cherry Syrup) தயாரிக்க வேண்டும். அதற்கு ஒரு சுத்தமான பாத்திரத்தை எடுத்து கொள்ளுங்கள் அவற்றில் 1/4 கப் சர்க்கரை, 1/2 கப் தண்ணீர் மற்றும் ஒரு டேபிள் ஸ்பூன் செர்ரி பழம் சேர்த்து அடுப்பை மிதமான சூட்டில் வைத்து சர்க்கரை நன்கு கரையும் வரை சூடுபடுத்தி அடுப்பில் இருந்து இறக்கிக்கொள்ளுங்கள்.

ஸ்டேப்: 7

பிறகு இன்னொரு பவுலை எடுத்து கொள்ளுங்கள் அவற்றில் ஒரு கப் whipping cream சேர்த்து Electric beater அல்லது Whisk பயன்படுத்தி நன்கு கலந்து கொள்ளுங்கள் இவ்வாறு கலக்கும் போது 1/4 சர்க்கரை பவுடரை கொஞ்சம் கொஞ்சமாக சேர்த்து கலந்து கொள்ளுங்கள்.

ஸ்டேப்: 8

தயார் செய்த கேக்கினை மூன்று லேயராக கட் செய்து கொள்ளுங்கள், பிறகு ஒரு சுத்தமான பிளேட்டை எடுத்து கொள்ளுங்கள் அவற்றில் சிறிதளவு தயார் செய்த கிரீமை வைத்து அதன் மேல் கட் செய்த ஒரு கேக்கினை வைத்து செர்ரி சிரப்பினை அப்ளை செய்ய வேண்டும், பிறகு கிரீமை கேக் முழுவதும் நன்றாக அப்ளை செய்து செர்ரி பழங்களை வைக்க வேண்டும்.

ஸ்டேப்: 9

மீதமுள்ள இரண்டு கேக் துண்டுகளையும் ஒன்றின் மீது ஒன்றாக இதே போன்று செர்ரி சிரப், கிரீம், செர்ரி பழங்களை வைத்து அப்ளை செய்து கேக்கினை தங்களுக்கு பிடித்த மாதிரி டிசைன் செய்து கொள்ளுங்கள்.

மேல் கூறப்பட்டுள்ள செயல் முறையை சரியாக செய்தால் சுவையான White forest cake ரெடி ஆகிடும்..

அன்பான துணிந்தெழு வாசகர்களே!

புதுவிதமாக மற்றும் வித்தியாசமான முறையில் நீங்கள் சமையல் தொடர்பான குறிப்புக்களை அறிந்திருந்தால் உங்கள் சமையற் குறிப்புக்களை கீழ் வரும் எங்கள் வாட்சப் இலக்கத்திற்கோ அல்லது மின்னஞ்சல் முகவரிக்கோ அனுப்பி வைக்கலாம்.

+97431060249 skytamil.lk@gmail.com
www.skymediasl.com

பெண் பார்க்கும் படலமும்

பேசி வைப்பின் அவலமும்

அருஸா ஜெவாஹிர்
பமுனுகம.

ஒரு பெண் என்பவள் இன்று பெண் பார்த்தல் எனும் பெயரில் பலர் குடும்பத்துடன் வந்து பார்த்துச் செல்லும் அருங்காட்சியமாக மாறிவிட்டாள் என்பது பலராலும் மறுத்திட முடியாத உண்மையாகும்.

என்ன செய்வது பெண் பிள்ளையை பெற்று விட்டோம் அவர்கள் சொல்வதை கேட்கத்தான் வேண்டும் என பெண்களை பெற்றோர் அடுத்தவர்களின் கைப்பாவையாய் தலையாட்டத் தயாராகி விடுகிறார்கள்.

சம்பந்தமே இல்லாத ஒருவர் தீடீரென உங்கள் மகளுக்கு நான் சம்பந்தம் பார்த்துள்ளேன் என பெற்றோர் காதில் மகுடி ஊத மகளுக்கும் வயதாகிறது வரச் சொல்லுங்கள். எப்போது வருகிறார்கள் என ஒரு தேதியை சொல்லி அனுப்புங்கள் என்கின்றனர் பெற்றோர்.

அப்படியே அதை தரகர் அங்கே போய்ச் சொல்ல மாப்பிள்ளை வீட்டாரிடம் இருந்து ஒரு தகவல் வரும் Tea party ஒன்றிற்கு இத்தனையாம் திகதி ஏற்பாடு செய்யச் சொல்லுங்கள்
நாங்கள் பெண் பார்க்க வருவோம்.

பெற்றோரும் வருகிறவர் தான் தங்கள் மாப்பிள்ளை என உறுதி பூண்டவர்களாய் வருகிற மாப்பிள்ளைக்காகவும் அந்த குடும்பத்திற்காகவும் தங்கள் உழைப்புக்கும் அதிகமான பணத்தை செலவிட்டு அவர்களது வயிற்றுக்கு தீணி போடுகிறார்கள். புது இடம் என்று சிறிதும் கூச்சமின்றி கும்பகர்ணர்களாய் தங்கள் வயிற்றை நிரப்பிக் கொள்கிறார்கள்.

வீட்டுக்குச் சென்று நல்ல செய்தியாய் சொல்லி அனுப்புகிறோம் என கிளம்பி விடுவார்கள். இரண்டொரு நாள் கழித்து மாப்பிள்ளையின் தந்தையிடமிருந்து பெண்ணின் தந்தைக்கு அழைப்பு வரும் ''எங்கள் எல்லோர்க்கும் விருப்பம் மகனுக்குத்தான் கொஞ்சம் விருப்பம் குறைவு'' என்று வெட்கமே இல்லாமல் சொல்லி முடிப்பார்.

பெண்ணின் தந்தைக்கு கோபமும் ஆத்திரமும் ஒன்றாய் வெளிப்பட எத்தனிக்கும் இருந்தும் ''நல்லது'' என்ற வார்த்தையோடு அழைப்பினைத் துண்டித்து விட்டு குடும்பத்திடம் செய்தியை மகளுக்கு கேட்காமல் தெரியப்படுத்த முயற்சித்து தோற்றும் விடுகின்றனர்.

கொஞ்ச நாளைக்கு வீட்டில் திருமணக்கதைகள் எதுவும் இருக்காது. உறவினர்கள் வந்து இப்படியே இருப்பது தானா இந்த இடத்தில் இப்படி ஒரு வரண் இருக்கிறது பார்க்கலாமே என கிசுகிசுக்க சரி பார்க்கலாம் என பெற்றோர் தலையசைக்க மறுபடியும் பலஆயிரங்கள் செலவழித்து ஒரு பெண் பார்க்கும் படலம் அரங்கேற்றப்படும்.

ஒருமாதிரி நல்ல செய்தியை சொல்லுவார்கள். பெண்ணை பிடித்திருக்கிறது என்று அதோடு இன்னொன்றையும் சேர்த்தே சொல்வார்கள்.

எல்லாவற்றையும் பேசி முடித்திடலாம் இத்தனையாம் திகதி திருமணம் பேச வருகிறோம் என்பார்கள்.
பார்க்க வந்ததுக்கே கிட்டத்தட்ட 15, 000 முடிந்திருக்கும் அதே நேரம், திருமணம் பேச வருகிறார்கள் என்றால் பெண்ணின்

பெற்றோர்களை பார்க்கவா வேண்டும். எப்படியும் ஒரு 30,000 செலவழித்து பேச்சுவார்த்தை நடாத்த ஏற்பாடு செய்தால் கடைசியில் பேச்சுவார்த்தை முடிவில் 6 மாதம் கழித்தே கல்யாணம் என சபை கலையும்.

ஆறு மாதம் ஆவதற்குள் பேசி வைத்த அந்த இரு சாரார் வீட்டிலும் ஆயிரம் தடவைகள் சாப்பாடும், எடுப்பும் கொடுப்பும் நடக்கும். கால ஓட்டத்தில் கசக்க ஆரம்பித்தும் விடும். மெதுவாக பேச்சுக்கள் கசியத் துவங்கும் "அவன் பணி புரியும் இடத்தில் இன்னொரு பிள்ளையை விரும்புவதாக" இவை தங்களது காதுகளுக்கு எட்டும் பட்சத்தில் பெண் வீட்டாருக்கு பித்துப் பிடிக்கும். பெண்ணுக்கு .... அந்த அவஸ்தையை சொல்ல வார்த்தைகள் பஞ்சம்.

இதற்காக செத்து மடிய முடியாதே வாழ்ந்து தானே ஆக வேண்டும் என்று பெண் பிள்ளைகள் விரக்தியுடன் நாட்களை கடத்த எத்தனிக்கிறார்கள்.

காலவோட்டத்தில் ஆங்காங்கே தேடல்கள் நிகழும். அப்படியே கிடைக்கும் பட்சத்தில் கேட்பார்கள் ஒரு கேள்வி " ஏற்கனவே பேசி வைத்திருந்ததாக ஊருக்குள் சொல்லுகிறார்கள். அப்படி நடந்திருந்தால் நீங்கள் வேறு இடம் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள்". பெரும்பாலானோர்களின் முடிவு இப்படித்தான் இருக்கும்.

இப்படியே நாட்கள் நகர வீட்டிற்குள்ளும் ஏராளமான மனக் கசப்புக்கள் நிகழும். இப்படியான நிலைமைகள் முற்றிப் போகும் கட்டத்தில் யார் வந்தாலும் கட்டிக் கொள்வதுதான் என்ற முடிவுக்கு பெண் பிள்ளைகள் தள்ளப்பட்டு விடுகின்றனர்.

இவற்றை கண்டு பெற்றோரும் வருந்தாமல் இல்லை. காலம் கடந்த ஞானத்தினால் பயன் ஏதும் இருக்குமா என்ன. அவளுக்கு இவனும், இவனுக்கு அவளும் என குறிசுட்டு வைக்க அவர்கள் ஒன்றும் மாடுகள் இல்லையே.

பெண்களைப் பெற்ற ஒவ்வொரு பெற்றோரும் புரிந்து கொள்ளுங்கள். உங்கள் பிள்ளைகளின் வாழ்க்கையில் நீங்கள் காய் நகர்த்தாதீர்கள். அவர்களது ஆட்டத்தை அவர்களை ஆட விடுங்கள் . தவறும் பட்சத்தில் வழி காட்டுங்கள்.

மகள்களைப் பெற்ற பெற்றோரே! பேசி வைப்போம் என்று உங்களிடம் வந்தால் "இப்போதே முடிப்பதாக

இருந்தால் மட்டும் வீட்டிற்கு வாருங்கள் பிடித்திருந்தால் திருமணப் பேச்சு வார்த்தை நடத்துவோம்". என்று தைரியமாகச் சொல்லுங்கள்.

பயப்படாதீர்கள். ஒரு பெண் படைக்கப்பட்டிருக்கிறாள் என்றால் நிச்சயமாக அவர்களுக்குரிய ஆணை அல்லாஹ் படைத்தே இருப்பான். இதற்கு அல்லாஹ்வே சாட்சி.

"மனிதர்களே! உங்களை ஒரே ஆத்மாவிலிருந்து படைத்த உங்கள் இரட்சகனை அஞ்சிக் கொள்ளுங்கள். அவன் அதிலிருந்து அதன் துணைவியைப் படைத்து , அவையிரண்டிலிருந்தும் அதிகமான ஆண்களையும் ,பெண்களையும் பரவச் செய்தான்" (அல்குர்ஆன்:4:1)

பெண் பார்த்தல் மற்றும் பேசி வைத்தல் எனும் பெயரிலும் பெண் பிள்ளைகளின் வாழ்கைகளை தயவு செய்து சீர்குலைக்காதீர்கள். அநீதம் இழைப்பவர்களுக்கும் பெண் பிள்ளைகள் இருக்கவே செய்கின்றனர். அல்லாஹ் பார்ப்பதை மறந்து பெண் பிள்ளைகள் விடயத்தில் விளையாடிதீர்கள்.

"அநீதி இழைத்தோர் செய்து கொண்டிருப்பவற்றை அல்லாஹ் கவனிக்காதவன் என்று எண்ணிவிடாதீர்! பார்வைகள் பிதுங்கும் ஒரு நாளுக்காகவே அவர்களை அல்லாஹ் தாமதப்படுத்தியிருக்கிறான்"

அல்குர்ஆன்(14:42)

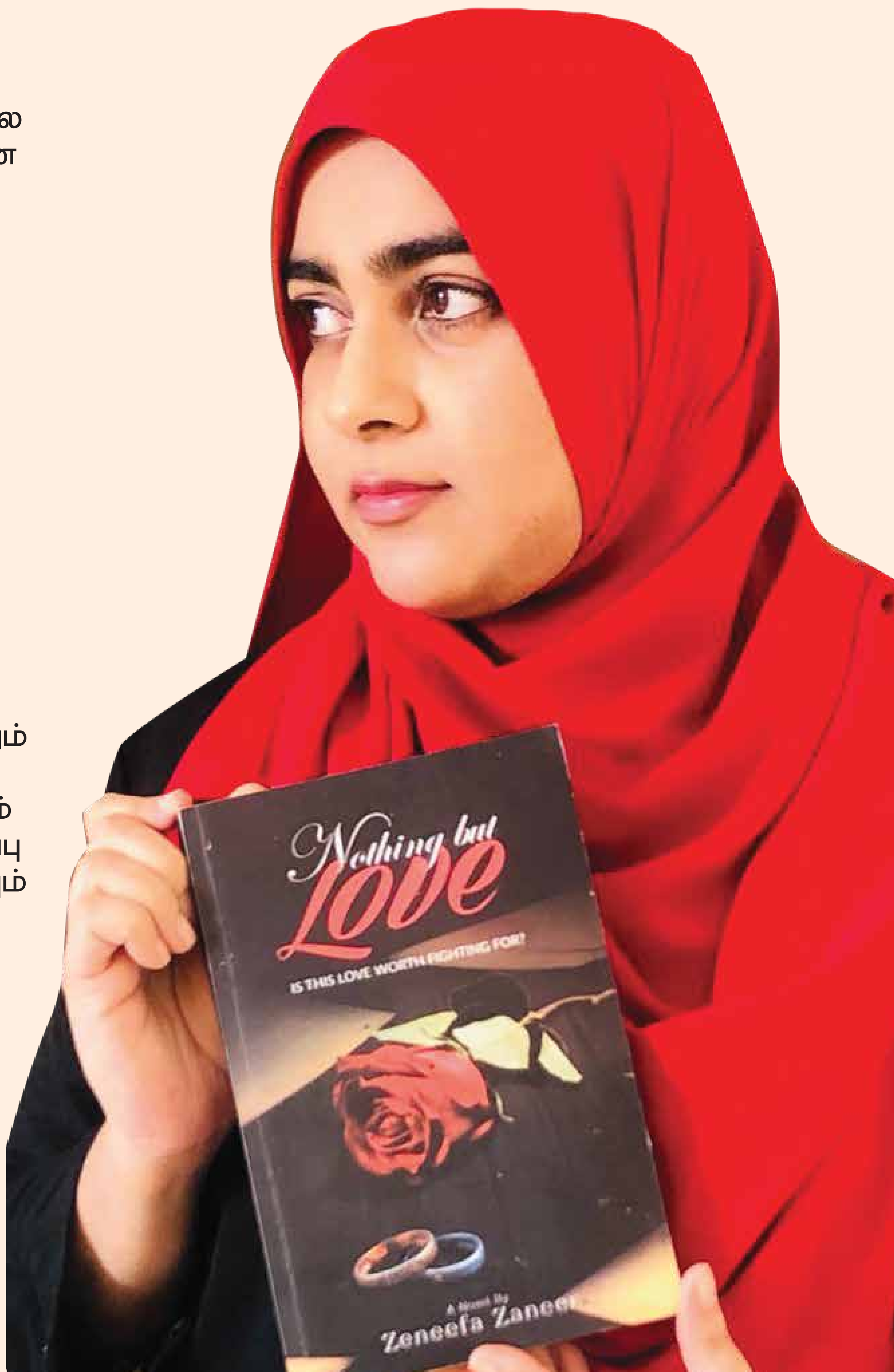
சிங்கள இலக்கியம் மூலம் சமூக, சமய பணிபுரியும் பெண் எழுத்தாளர் ஸெனீபா ஸனீர் அவர்களுடனான நேர்காணல்

உங்களது பூர்வீகம் (பிறப்பிடம்), கல்லூரி வாழ்க்கை பற்றிக் கூறுங்கள்?

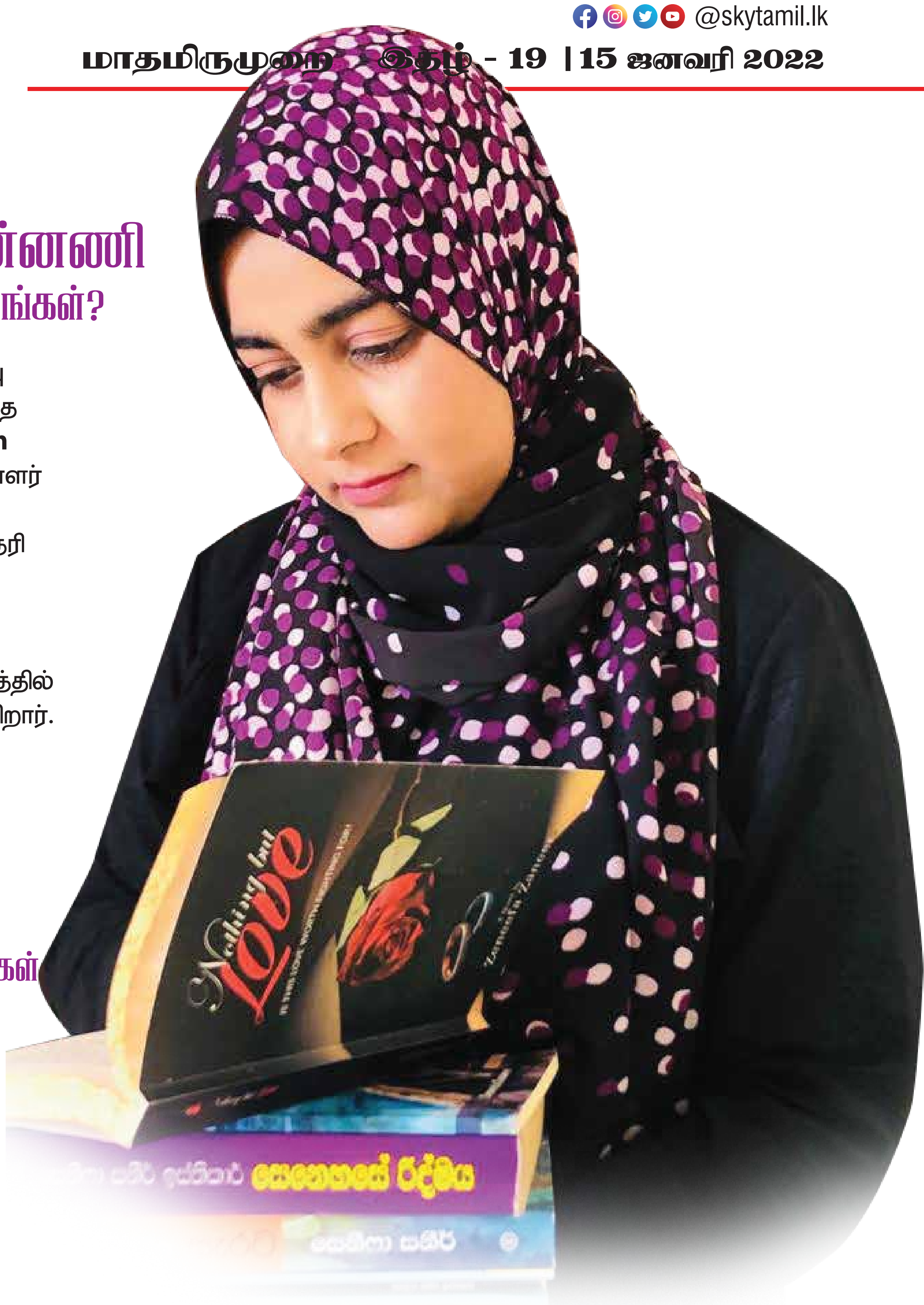
நான் கண்டி மாவட்டத்தில் அருப்பளை பிரதேசத்தில் பிறந்து வளர்ந்தேன். கண்டி பதியுதீன் மஹ்மூத் பாடசாலையில் கல்வி கற்றேன். ஆரம்பப் பிரிவிலிருந்து எனது தாய் தந்தை வாரத்தில் ஒருதடவை டி.எஸ் சேனாநாயக்க நூலகம் மற்றும் பிரிடிஷ் கொன்ஸில் நூலகங்களுக்கு அனைவரையும் கூட்டிச்செல்வார்கள். அதன் மூலம் எனது வாசிப்புப்பழக்கம் ஆரம்பமாகியது.

நான் சிறுவயது முதல் குறும்புக்கார குழந்தையாகவே இருந்தேன். பாடசாலை காலத்தில் அதிகமான குறும்புத் தனமான செயல்களை செய்திருக்கின்றேன். சில ஆசிரியர்கள் கூட என்னை மதிக்கமாட்டார்கள். காரணம் ஒரு இடத்தில் பத்துநிமிடத்திற்கு மேல் இருக்கமாட்டேன். அவ்வளவு துடி துடிப்புடன் இருந்தேன். நான் வகுப்பில் எப்போதும் படிக்காத நண்பர்களுடனே சேர்ந்திருப்பேன். பாடசாலையில் ஒரு பாடத்திற்கு ஆசிரியர் சமூகம் தராவிட்டாலும் மைதானத்திற்கு சென்று விளையாடுவேன். விளையாட்டு துறையிலும் அதிக ஈடுபாடு கொண்டிருந்தேன்.

மேலும் கவிதைப்போட்டிகள், எழுத்துத்துறை ரீதியிலான போட்டிகளிலும் பங்கு பற்றியுள்ளேன். உயர்தர பரீட்சையில் சித்தியடைந்தேன். எனினும் பல்கலைக்கழகம் செல்வதற்கான வாய்ப்பு கிடைக்கவில்லை. இரண்டாம் தடவையும் உயர்தர பரீட்சை எழுதினேன். சிறந்த பெறு பேற்றை பெற்றேன்.



நேர்கணல்
நுஸைலா பதூர்தீன்



உங்கள் குடும்பப் பின்னணி பற்றி சுருக்கமாக குறிப்பிடுங்கள்?

எனது தாய் ஒரு ஆரம்பக்கல்வி பிரிவு ஆசிரியைக்கு தகுதி பெற்றவர். தந்தை சுற்றுலாத்துறை விடுதி ஒன்றில் **Gem and Jewellery** ஒன்றில் முகாமையாளர் ஆக கடமை புரிகிறார். எனக்கு சகோதரர்கள் இருவர் மற்றும் சகோதரி ஒருவர்.

எனது கணவர் இலங்கையில் உயர்கல்வி தனியார் பல்கலைகழகத்தில் முகாமையாளர் ஆக கடமையாற்றுகிறார். எனக்கு மூன்று குழந்தைகள் மகள் இருவர் மகன் ஒருவர்.

எப்போது,எந்த வயதிலிருந்து எழுத்துறையில் பணியினை செய்ய ஆரம்பித்தீர்கள் எத்தனை வருடங்களாகச் செய்து வருகின்றீர்கள்?

நான் புத்தகங்களை வாசிக்கும் சந்தர்ப்பங்களில் நானும் இவ்வாறன புத்தகங்களை எழுதினால் என்ன என்ற எண்ணம் முதலில் ஏற்பட்டதுண்டு. எனக்கும் ஆவலாக இருந்தது என் எழுத்துக்கள் மூலம் சமூகத்திற்கு நல்ல பல பயனுள்ள விடயங்களை வழங்க வேண்டுமென்று, அவ் ஆசையே புத்தங்களை எழுதுவதற்கு வழிவகுத்தது.

மார்க்க ரீதியிலான புத்தகங்களை எழுதுவதற்கு அச்சமாக இருந்தது. காரணம் மார்க்கத்தைப் பற்றிய பூரணமான அறிவு, உண்மை மிகுந்த விடயங்களை பற்றி முழுமையாக அறிந்திருத்தல் அவசியமானது. ஏனெனில் தவறியாவது மார்க்கத்தில் இல்லாத விடயமொன்றை தவறுதலாக குறிப்பிட்டால் அதன் பாவங்கள்,விபரீதங்கள் என்னை வந்தடையுமென்று.

பின்னர் சிறுவர்களுக்கான கதை புத்தகங்களையே முதன் முதலாக எழுத ஆரம்பித்தேன். 2004-2007 பகுதியிலான காலகட்டத்திற்கு பின்னர் எனக்கு ஒரு எண்ணம் தோன்றியது. நாம் வாழும் இந்த வாழ்க்கையினை மையமாக கொண்டதனை போல புத்தகங்களை பார்த்தால் எப்படி இருக்கும் என்று, அதன் பின்னரே சமூக உணர்வுள்ள புத்தகங்களையும் எழுத துவங்கினேன். “சேனஹசு ரித்மய“ என்ற சிங்கள மொழி மூலமான நூலை எழுதினேன். இந் நூலானது இஸ்லாத்தை பற்றி சிங்கள சமூகத்திற்கு கருத்துக்களை தெரிவிப்பதாகும். நிறைய புத்தகங்கள் எழுதியிருக்கிறேன் இன்றைக்கு 20 வருடங்களாக எழுத்துறையில் ஈடுபாடக உள்ளேன்.

நீங்கள் இதுவரை காலமாக எழுதி வெளியிட்ட நூல்கள் என்ன ? எம் மொழிகளால் ஆனவை?

சிங்கள மொழி மூலமாக 03 புத்தகங்களை எழுதியுள்ளேன். பூதின்னா இடதென்ன, செனேஹசே ரித்மயா, சுலங் செரடா (Poodhinna Idadenna, Senehase Ridhmaya, Sulang Serata) இன்னும் ஆங்கில மொழியில் எழுதியிருக்கிறேன்.
Nothing but Love, Unlocking One Another, I'm Fasting this Ramadan!, Hadeeth, the Way of Life, A Writer's Journey என்ற நூல்களே அவைகளாகும்.

உங்களால் எழுதப்பட்ட புத்தகங்களில் நீங்கள் விரும்புவது அல்லது பலராலும் பேசப்பட்டது என எந் நூலை நீங்கள் கருதுகின்றீர்கள்? அந்நூலைப் பற்றி சுருக்கமாக குறிப்பிடுங்கள்?

நான் எழுதிய நூல்களில் மிகவும் விருப்பமானது சுலாங் செரடா (Sulang Serata) என்ற புத்தகமாகும். அந்த நூலை நீண்ட நாளாக திட்டமிட்டு, நேரமொதுக்கி, 2 மாத காலத்திற்குள் எழுதினேன். அந்த புத்தகம் சமூகத்திற்கு மத்தியில் பலராலும் வாசிக்கப்பட்டு, விரும்பப்பட்டதுடன் வரவேற்புக்குரிய நூலாக அமைந்தது.

முன்னாள் அமைச்சரான பேரியல் அஷ்ரப் அவர்கள் கூட இந்நூலை படித்ததாகவும், இது போன்ற ஒரு நூலை வாசித்ததில்லை முஸ்லிம் சமூகத்தை பற்றிய சிறந்த நூல் எனவும் குறிப்பிட்டார்கள்.

இந்த புத்தகத்தை பற்றி சுருக்கமாக குறிப்பிட்டால் சிறு வயதிலே திருமணம் முடித்த ஒரு பெண், தன் வாழ்வில் எதிர்கொள்ளும் போராட்டங்கள். அப் பெண் இக்கதாபாத்திரத்தில் ஒரு தாயாக தவறானவளாகவே சித்தரிக்கப்படுகிறாள். எனினும் சமூகத்தில் எல்லோரும் அவ்வாறானவர்கள் அல்ல. இது ஒரு முஸ்லிம் பெண் மணியை மையமாக வைத்து எழுதப்பட்டாலும் அனைத்து சமூகங்களுக்கும் பொதுவானதாகும்.

வாழ்வியலோடு ஒன்றித்து போகும் விடயங்களை குறிப்பிடுவதனால் இந்நூல் மிக நெருங்கியிருப்பதாக உணர்கிறேன். பிள்ளைகளில் யார் பிடிக்கும் என்று கேட்டால் எவ்வாறு சொல்ல முடியாதோ அவ்வாறே என் ஒவ்வொரு புத்தகங்களையும் நான் பார்க்கிறேன்.

> நான் எழுதிய நூல்களில் மிகவும் விருப்பமானது "சுலாங் செரடா" என்ற புத்தகமாகும்.

வளர்ந்து வரும் ஏனைய பெண் ஆளுமைகளுக்கு

நீங்கள் கூற விரும்பும் ஆலோசனைகள் என்ன?

பெண் என்பவள் ஒரு முடக்கப்பட்ட பாத்திரமாக கருத முடியாது. இஸ்லாமிய வரலாற்றை எடுத்துக் கொண்டால் கூட அன்னை கதீஜா (ரழி), ஆயிஷா (ரழி), பாதிமா (ரழி) அவர்கள் கூட பல சோதனைகளுக்கு மத்தியில் சாதனை படைத்த பெண் மணிகளாக திகழ்கிறார்கள். நபியவர்ளை திருமணம் முடிக்கும் முன்பாகவே கதீஜா (ரழி) அவர்கள் சர்வதேச வியாபாரியாக செயற்பட்டார்கள்.

அவ்வாறான பெண்மணிகளை அடையாளமிட்டார்களே தவிற சாதனைகளை எம் சமூகம் பேச தவறிவிட்டது. நீங்கள் உங்கள் கனவுகளை நிஜமாக்கிக் கொள்ள வேண்டுமெனின் உங்கள் சமீபமாக இருப்பவர்களிடம் அவற்றை தெரிவியுங்கள். முதலில் உங்கள் மீது நம்பிக்கை வையுங்கள். ஆற்றல்களை, திறமைகளை உணர்ந்து அதனூடான பாதையில் பயணிப்பதற்கு உறுதி கொள்ளுங்கள்.

அவ்வாறு உங்கள் கனவுகளை முயற்சியை உணரும் சந்தர்ப்பத்தில் உங்களை சுற்றியிருப்பவர்கள் அதற்காக உதவுவார்கள். உண்மையை சொன்னால் என் வெற்றிக்குப் பின்னால் என் குடும்பமே கரம் கொடுக்கிறது. அல்ஹம்துலில்லாஹ்! யாரும் சொல்வதை அவ்வாறே நம்ப வேண்டாம். நீங்கள் தேடி கற்று முடிவெடுத்துக்கொள்ளுங்கள். பல இடங்களில் தேடி கற்று அலசி ஆராய்ந்து முடிவெடுங்கள்.

முடியாது என்று இல்லை. உங்களுக்கு தன்னம்பிக்கை இருந்தால் அனைத்து விடயங்களையும் தேடி கற்றுக்கொள்ளுங்கள். வாழ்க்கையில் ஒரு கட்டத்தில்தான் அனைத்தும் சாதிக்கலாம் அந்தவயதில் நீங்கள் அனைத்தையும் சாதித்துக் கொள்ளுங்கள்.

எழுத்துத் துறை பயணத்தில் தொடர்ந்து பயணிக்கும் சந்தர்ப்பத்தில் நீங்கள்

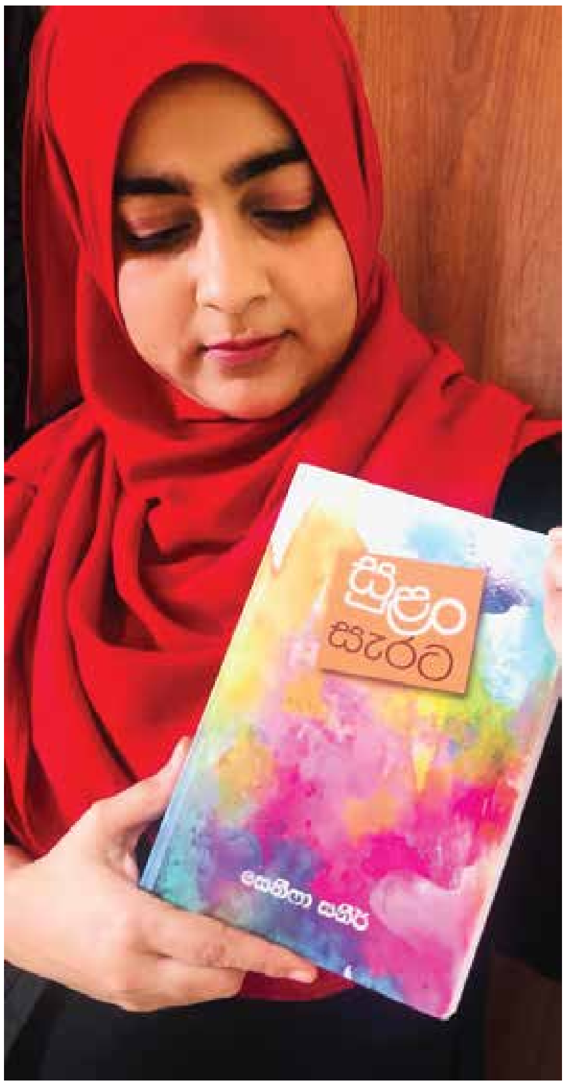
முகங் கொடுத்த முக்கிய சவால்கள் என்ன?

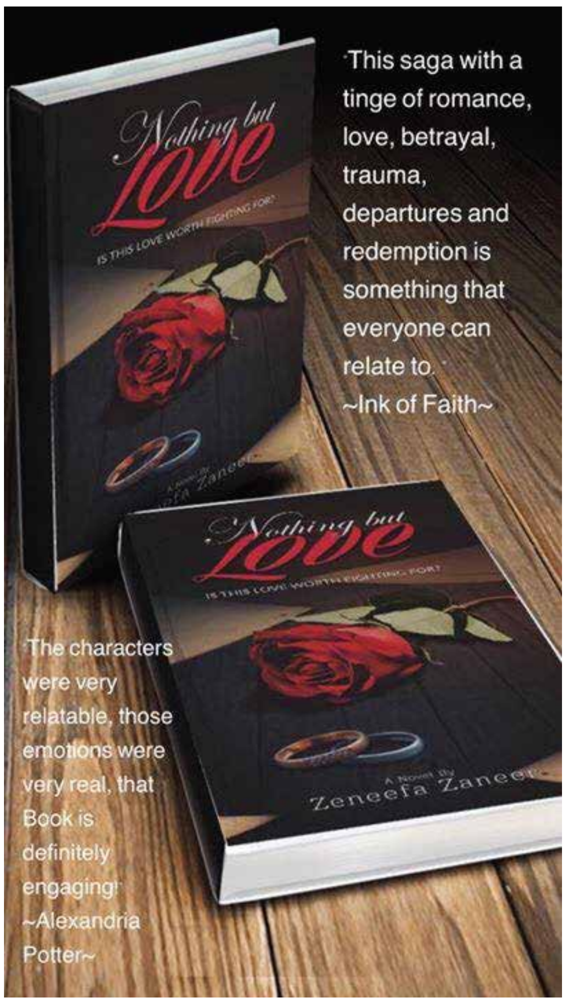
அதிகமான சவால்களுக்கு முகங் கொடுக்க வேண்டிய சந்தர்ப்பங்கள் இருந்ததுண்டு. புத்தகமொன்றை எழுதி வெளியிடுவதென்பது அவ்வளவு இலகுவானதொரு காரியமல்ல. என்னைப் பொறுத்தவரையில் புத்தகமொன்று வெளியிடப்படும் பொழுது பல கோணங்களில் சிந்தித்து பார்த்தே வெளியிட விரும்புவேன்.

காரணம் அந்நூல்கள் நாம் மரணித்த பின்னரும் பின்னால் வரும் சந்ததிகள் வாசித்து பயன் பெறத்தக்க வகையில் சிறந்த நினைவுச்சின்னமாக அமைய வேண்டுமென்பதே எனது குறிக்கோள். எங்கள் குடும்பத்திலோ அல்லது நண்பர் வட்டாரத்திலோ எழுத்தாளர்கள் என்று எவருமிருக்கவில்லை. ஆகவே வழிகாட்டுவதற்கு யாருமில்லை எனும் போது என் முதல் நூலே சவாலாகத்தான் அமைந்தது.

என் இரண்டாவது நூலை வெளியிட்ட சந்தர்ப்பத்தில் அதற்கு போதிய அளவு வரவேற்புக் கிடைக்கவில்லை. பல வருட காலமாக நேரமெடுத்து, உழைத்து, அதற்கென்று பெரியதோர் தொகையை செலவிட்டு அது சமூகத்தால் குறிப்பிட்டளவு கூட ஏற்றுக் கொள்ளப்படாமை ஆரம்பத்தில் பெரயதோர் சவலாக அமைந்தது. பொதுவாக எல்லா எழுத்தாளர்களுக்குமானதோர் சவால் இதுவாகும்.

அதே போல சிங்கள மொழியில் நூல்களை வெளியிடுவதும் ஒரு சவாலாகவே அமைந்தது. சிங்கள மொழியில் முஸ்லிம் சமூகத்தை பற்றி எழுதுகையில் அவற்றை சிங்கள மக்கள் விரும்பி வாசிப்பார்களா? அதே போல நம்





சமூகத்தில் சிங்கள நூல்களை வாசிப்பவர்கள் மிகக் குறைவே. இவ்வாறான விடயங்கள் கூட பெரும் சவாலாகவே அமைந்தது. சிங்கள மொழியில் கல்வி கற்று ஆங்கில மொழியில் நூல்களை எழுதுவதென்பதும் சவலாகவே இருந்தது. Nothing but Love என்ற நூலை எழுதியதும் நிறையவே விமர்சனங்கள் வரத் தொடங்கின. காரணம் அது ஒரு கணவன், மனைவியை மையமாக வைத்து எழுதப்பட்ட ஒரு நூலாகும். எனினும் நூல் எந்த வித தவறான கருத்துக்களையும் உள்ளடக்கியிருக்கவில்லை. இஸ்லாமிய வரையறுக்கப்பட்டதாகவே அமைந்தது.

எனினும் நூலை வாசிக்கமாலே விமர்சித்தவர்களுக்கு மத்தியில் அவற்றை எல்லாம் கடந்து இன்னும் பல நூல்களை எழுதினேன் இதுவும் ஒரு சவாலே. தொலைக்காட்சி நிகழ்ச்சிகளுக்கு அழைத்த சந்தர்ப்பங்கள் கூட மிகப் பெரிய சவாலாகவே அமைந்தது காரணம் முஸ்லிம் சமூகத்திற்கு குரல் கொடுத்து எழுத்துத்துறையில் பயணிப்பவர் என்பதால் கேள்விகளுக்கு பதிலளிப்பது கடினமானதாகும்.

எந்த சமூகத்திற்கும் எதுவும் பிரழ்வுகள் ஏற்படாமல் பதிலளித்தல் அவசியமாகும். அதேபோல மற்றைய எழுத்தாளர்களுக்கும் பாதிப்புறா வகையில் என் நூல்கள் அமையப் பெற வேண்டுமென்பதும் சாவலாகவே இருந்தது. இவ்வாறு பல சவால்களை இறைவனின் அருளுடன் கடந்து வந்துள்ளேன்.

நீங்கள் துணிந்தெழு நிகழ்ச்சியை எவ்வாறு பார்க்கிறீர்கள்?

துணிந்தெழு சஞ்சிகைக்கும், எனக்கு நேர்காணல் நிகழ்ச்சியில் கலந்து கொள்ள சந்தர்ப்பமளித்த பிரதம ஆசியர் ஜே.எம்.பாஸித் மற்றும் நுஸைலா சகோதரிக்கும் நன்றிகளை முதற்கன் தெரிவித்து கொள்கிறேன். ஏனெனில் எத்தனை நிறுவனங்கள் இருந்தும் எல்லோருமே எல்லோருக்கும் வாய்ப்பை தரமாட்டார்கள். நான் தமிழ்துறையில் பெரியளவு ஈடுபாடு இல்லாவிட்டாலும் என்னை நேர்காணல் செய்ய உதவியமைக்கு ஜஸாகுமுல்லாஹு ஹைரன். மேலும் எனது தாய்தந்தை சகோதரிகள்,கணவருக்கும் எனது குழந்தைகள் ,நண்பர்கள்,ஆசிரியர்களுக்கும் நன்றி கூற கடமைப்பட்டுள்ளேன். அனைத்திற்கும் மேலாக ஹிதாயத்தை தருகின்ற அல்லாஹ்வுக்கே நன்றிகள் அனைத்திற்கும் அல்ஹம்துலில்லாஹ்!

உங்கள் வாழ்க்கையில் மறக்க முடியாத சம்பவம் ஒன்றை குறிப்பிடுங்கள்?

என்னுடைய துஆக்கள் அக்கீகரிக்கப்பட்ட நேரங்கள் அதிகமாக இருக்கிறது.முக்கியமாக தாய்மை அடைந்ததைத் மறக்கமுடியாது.

உங்களை எழுத்துத்துறைக்கு வரத் தூண்டிய விஷேட காரணங்கள் யாவை?

எனது தாய் ஆரம்ப பிரிவுக்கு கற்றுக் கொடுத்தவர். சிறுவயது முதலே பொது நூலகத்திற்கு கூட்டிச் செல்வார்கள் அதன் மூலம் வாசிப்புப்பழக்கம் ஆரம்பமாகியது. பதினோராம் தரத்தில் எழுத்துறையில் கதை எழுதல் போட்டி நிகழ்ச்சி ஒன்றில் பங்கு பற்றினேன். அதன் பின்னர்தான் எழுத ஆரம்பித்தேன்.

எதிர்வரும் காலங்களில் மென் மேலும் உங்கள் படைப்புக்களை வழங்குவதில் முனைப்புக் காட்டி வருகிறீர்களா?

ஆம் எழுதி வைத்திருக்கும் நாவல்களை தொகுக்கும் பணியில் ஈடுபட்டு வருகிறேன். இன்னும் பல நூல்களை எழுதி வருகிறேன். அல்ஹம்துலில்லாஹ்!

உங்கள் சேவைகளை பாராட்டி விருதுகள் கிடைத்துள்ளனவா? அது பற்றிக் குறிப்பிடுங்கள்?

"The Journal won the first place at Annual short story competition conducted by Islamic Writers Alliance USA in 2012.

The manuscript Autumn Leaves was chosen for the second round at Amazon Breakthrough Novel Award in 2012 and my manuscript

They Failed to Kill Her was shortlisted at the Gratiaen's Prize 2018

Titled as the Emerging Writer of the Year 2019 by ARTRA Magazine.

Nominated as the Muslim star of the year 2012 conducted by OnIslam.

BCAS CAMPUS
BRITISH COLLEGE OF APPLIED STUDIES

Pearson | edexcel

TVEC APPROVED

Internationally Recognized & Occupational **Pearson - UK** Qualification at **BCAS KALMUNAI CAMPUS**

NEW BATCH STARTS ON 06.01.2022

The orientation Programme will be conducted at 10.30 A.M on 06.01.2022.

BTEC HND

- **SOFTWARE** ENGINEERING
- **NETWORK** ENGINEERING
- **CYBER SECURITY**

Leading to **BSc (Hons)**

Software / Network Engineering / **Cyber Security** Management (Top-up Degree)

FOR MORE DETAILS

0777 666 432 | 0766 693 681 | 0773 247 711

BCAS KALMUNAI CAMPUS | 392/1 Main Street, Kalmunai

ஆங்கோர் ஏழைக்கெழுத்தறிவித்தல்

வயிற்றுக்கு ஏதுமின்றி வாடி நிற்போர் தம்
வாழ்வினுக்கோர் மழை
வகுத்திடும் கல்விதனை,

விலை கூவி விற்றிடும்
விற்பன்னர் வாழும் வான் சூழ் பூமி,
வீண் பிறப்பாய் வாழ்வதிலோர் இலாபம் ஏது ?

ஏட்டிற்கு ஏழை வெகு தூரம் ஆகுமெனில்
பாட்டிற்கோர் பாரதி பாய்ந்தெழுந்து வாரானோ ?

மாலைக்கு ஓய்வு இன்றி மூலைக்கோர் வகுப்பு
ஆங்கு கூடிப் பிழைப்பதற்கு கூலிக்கு மாரடிக்கும்
கூட்டத்தின் பிள்ளைகள் நாடித் தான்
சொல்வாரோ ?
நயமான கல்விதனை பெறுவாரோ ?
ஏலத்தில் போட்டால் எடுப்பதற்கு ஏது பணம்.

நாளுக்கோர் விந்தை நலமாய் உற்பவித்து
தேவைக்குமேல் தெவிட்டாத சுகமே தந்து,
கோலத்தால் நிறைந்து நிற்கும் பூமிதனில்,

ஏழைக்கு விஞ்ஞானம் எளிதாமோ ?
இங்கெவர் உண்டோ ? இலவசமாய் போதிக்க ?

கரும்பு தின்னக் கைக்கூலி வேண்டுமாம் ?
சுரும்பு பாடும் பூவுலகில் நரம்பு மனிதா !
இரங்கு ஏழைக்கு எழுத்தறிவித்து,
உறங்கு சுவர்க்கத்துப் பந்தலில்.

தாஜுர் இல்ஹாம் அஹமட்

தாழ் திறக்குக

மூடிய நூல்
திறப்பதெந்த நாள்?

காடுதிர்த்து கூடடைந்த
வானத்துக் குருவி
காலுதைத்து கிடக்கிறது
நெடுநாள்

சீருடையில் பூத்த
வெள்ளைச் சிரிப்பு
ஒருடையிலும் இல்லை.

காலசூசி ஒன்றில்லை
கடமைகள் என்றில்லை.

பனி கொண்டவசந்த மலரவர்.
பிணி கண்ட கசந்த மலரானார்.

நீள் பொழுது கழிக்க
பெரும் போர் புரிந்து
நொடியில் உடைகிறார்

கை மின் திரை
விரல்களால்
மேய் கிறார்
காட்டூனில்
மென்மனம் புதைந்து
தலை சாய்கிறார்.

நாளைகளின் கோ மலர்கள்
சாலைகளில் உதிரலாமா?

தங்கக் கூடங்களின்
தாழ் திறக்குக

வெலிமடை ரபீக்

ஈழத்தில் தயாரிக்கப்பட்ட

அம்புலு

திரைப்படத்தின் இசை வெளியீடு

சுதர்சன் ரட்ணத்தின் இயக்கத்தில் AR Digital Studio & Productions அஜிபன்ராஜ் வழங்கும் இலங்கையில் வெளிவரவிருக்கும் முழு நீளப்படமாகிய அம்புலு திரைப்படத்தின் இசை வெளியீட்டு விழா கடந்த 08.01.2021 யாழ்ப்பாணம் ராஜா திரையரங்கில் நடைபெற்றது.

இத்திரைப்படத்திற்கு ஆ.வின்.பிரசாத் இசையமைத்துள்ளதோடு, நான்கு பாடல்கள் இடம் பெற்றுள்ளன. உனை ஏற்க நானும் என்னும் பாடலை கஸ்ரோஜிதன் எழுதியுள்ளதுடன் இப்பாடலை மடோனா, மனோஜ் ஆகியோர் பாடியுள்ளனர். இப்பாடலுக்கு நடன இயக்குனராக றொஸ்ரன் மற்றும் கார்த்தி சிவா கடமையாற்றியுள்ளனர்.

றுவின் பிரசாத்தின் கவி வரிகளில் கனிஸ்ரனின் குரலில் அப்பா பாடலும் வட கிழகடலோனின் வரி மற்றும் குரலில் Rap song மற்றும் கார்த்திக் சிவாவின் வரிகளுக்கு அஜன் ராஜ், சுதர்சன் ரட்ணம் மற்றும் பானுவின் குரலில் ஒரு குத்துப் பாடலும் இடம் பெற்றுள்ளது இப்பாடலுக்கு கண்ணா உதய் மற்றும் கார்த்திக் சிவா நடன இயக்குனர்களாக கடமையாற்றியுள்ளனர். இத்திரைப்படமானது ஈழ நாட்டு கலைஞர்களின் திறமைகளை வெளிக் கொண்டு வந்து, அவஉகளை உலகறியச் செய்யக்கூடிய ஒரு திரைப்படமாக நிச்சயம் இருக்கும் என்பது இப்படத்தில் இசை வெளியீட்டின் போது அறியக் கூடியாதாக இருந்தது. பல கலைஞர்கள் இதில் பணியாற்றியிருப்பதோடு அவர்களின் அர்ப்பணிப்புக்களும் இதில் தெளிவாக வெளிப்படுகின்றது. உணர்வு பூர்வமான வரிகளும் மெய் மறக்கும் இசையும் இத்திரைப்படத்திற்கு பலம் சேர்த்திருப்பதோடு இரண்டு குத்துப் பாடல்களும் திரையரங்குகளை அதிர வைக்கும் என்பதில் எந்த வித சந்தேகமும் இல்லை.

திரைப்படத்தின் பாடல்களே திரைப்படத்தின் வரவை மக்களுக்கு தூண்டுவதோடு ஈழத்து கலைஞர்கள் இத்திரைப்படத்தின் மூலம் வரவேற்கப்படுவார்கள். இத்திரைப்படமானது பல வெற்றிகளையும் விருதுகளையும் சுவீகரிக்க ஸ்கை தமிழ் மற்றும் துணிந்தெழு சஞ்சிகை வாழ்த்துக்களையும் தெரிவித்துக் கொள்கின்றது.

துணிந்தெழு
வரலாறு படைக்க இருக்கும் வைர நெஞ்சங்கள்

@skytamil.lk

மாதமிருமுறை | இதழ் - 19 | 15 ஜனவரி 2022

மலையரும்பு

எம்.எப். சஹீகா
துணிந்தெழு சஞ்சிகையின் மலையக ஒருங்கிணைப்பாளர்

தேடல்கள்

நிரோஜினி ரோபர்ட்
மாத்தளை

என் மனம் எப்போதும் இல்லாத ஒன்றை மிகையாய் கொண்டாடிக் கொண்டிருக்கிறது. நான் என்னில் முழுமையடைந்திருப்பதாக ஒரு பொய்யை நிஜமென்று நம்பிக்கொண்டிருக்கிறது.

ஆனால் என் ஆன்மா வீதியில் தனித்துவிடப்பட்ட ஒரு நாய்க்குட்டியை போல அதன் எஜமானனை தேடி அலைந்து திரிகிறது. ராத்தித்திரிகளில் குப்பைத் தொட்டிஅருகே அழுது கொண்டிருக்கிறது.

பார்க்கும் எல்லா மனிதரின் கண்களிலும் தன் எஜமானனின் ஜாடை தெரிகிறதா என உற்று நோக்குகிறது. வாஞ்சையோடே அழைப்பவன் யாராக இருப்பினும் நம்பி வாலாட்டி அவரருகில் செல்கிறது, அது வெறும் அக்கணத்திற்கான பரிவு மட்டுமே என்றுணர்ந்த பின் மறுபடியும் வாலை சுருட்டிக்கொண்டு அதே குப்பையோடு குப்பையாக படுத்துக்கொள்கிறது இந்த உடல் எதையெல்லாமோ கொண்டாடி தீர்க்கவும், இந்த உடலை கொண்டாட எத்தனையோ மனிதரும் இருக்கிறார்கள்.

ஆனால் ஆன்மா மட்டும் அனாதையாய்! ஆன்மாவின் பெருந்தாகம் தீர்க்க சமுத்திரங்களின் ஆழத்திலிருந்து நீர் கொணர்கிறார்கள். சிறு பறவையின் தாகம் தீர்க்க சமுத்திரம் எதற்கு?

இப்படிக்கு என்(பேனா!)

வசீகரிக்கும் உன்
விழிப் பிரகாசத்தில்
இருண்ட இதயம்
பூரண நிலவாய்
பிரதிபளிக்கிறது!

சிப்பியற்றும் முத்து
தரையில் கிடைக்கும்
என்ற ஒரே அற்புதம்!
பிரம்மன் தந்த பிரமிப்பு
பிக்காசோ வரைய
தவறிய ஓவியம்!

இந்த சிற்பத்தின் முன்
சிற்பிகள் பொறாமை
கொள்ள......
ரவிவர்மனின் தூரிகை
உன்னை வரையாமல்
வெட்கம் கொள்ள.....
இயற்கை உன்னை
பெற்றதில் பெருமையாக
பூரிக்க.....
நந்தவனத்தின் ராணி
நீயென மலர்கள்
முடிசூட்ட.....
தனித்துவம் சுமக்கும்
தரணியின் தாரகை!

எம்.யூ.ஏ.ரஹீம்
மல்வானா

துணிந்தெழு
வரலாறு படைக்க இருக்கும் வைர நெஞ்சங்கள்
@skytamil.lk
மாதமிருமுறை | இதழ் - 19 | 15 ஜனவரி 2022

ஹிஜாபிய பெண்

ஒ பெண்ணே! ஏன் தலைகுனிகிறாய்!
இவ்வுலகம் உன்னை பரிகாசம் செய்கின்றதா ?
அதை எண்ணியா உன்னை நீ
வருத்திக்கொள்கின்றாய் !

இத்தனை பரிகாசமும் எதற்காக......
பிற ஆணின் பார்வைக்கு
உன் அழகை மறைத்த ஹிஜாபிற்காகவா... ?

வருந்தாதே! ஒரு போதும் தலை குனியாதே!
உன்னையே நீ குறைவாக மதிப்பிடாதே!
இப்பரிகாசம் யாவும் இவ்வுலகிற்கே....

மக்களின் பார்வைக்கு நீ ஒரு அற்ப துரும்பாக
இருக்கலாம் ஆனால் உன்னை படைத்த
இரட்சகனின் பார்வைக்கு நீ ஓர் ஒளிச் சுடரே....

துணிந்து நில்!
உன் ஹிஜாப் ஒரு போதும் உன்
முன்னேற்றத்திற்கு தடை அல்ல... அதை நீ
உணர்ந்து கொள்..

உன் ஹிஜாப் இரட்சகனால் உனக்கு
வழங்கப்பட்ட ஒரு பாதுகாப்பு கேடயமே !
இதை உணர்ந்து நீ செயற்படு
இவ்வுலகே உன்னைப் போற்றும்....

அற்ப ஜீவன்களின் பேச்சைக் கேட்டா உன் பிறவியை
தாழ்வாக கருதுகின்றாய்... புரிந்து கொள்!!
ஆண் பெண் இருபாலருக்கும் சம உரிமையை
வழங்கிய மார்க்கமே உன்னுடைய மார்க்கம்...

உன் முன்னேற்றத்திற்கு எவ்வித தடையும் இல்லை
இங்கு.. துணிந்து நில்லு.. குர்ஆன் ஸுன்னா
ஒளியில் உன் வாழ்க்கையை வடிவமைத்துக் கொள்,
உன் திறமைகளை உலகிற்கு வெளிகாட்டு..

உன்னை அடிமைபடுத்தி
உன் உரிமைகளை பறித்து
உன் திறமையை புறக்கணித்த
உன் கல்வியை இடை நிறுத்திய
இச் சமூகத்துக்கு உணர்த்து
பெண் என்பவள் உடலால் பலஹீனமானாலும்
உள்ளத்தால் பலம் பொருந்தியவள் என்று...

உன்னை வந்தடையும் தடைகளை தாண்டி
முன்னேறி செல் உன் முயற்சியே நாளை உன்னை
சாதனை பெண்ணாக உருமாற்றும்...

பாத்திமா ரிபானா
தென்கிழக்குப் பல்கலைக்கழகம்

என்னவளே

அகிலமே உறங்கும் இந்த வேளைதனில்
ஆடவன் நான் போர் முடித்து வீடு வர
நாற் குதிரை கொண்ட இந்த
வாகனத்தை நதியோரம் ஒதுக்க
முயல்கின்றேன்.

தாகம் வந்து என்னை தளர்த்தெடுக்க
குதிரை கனம் விடுத்து நான் கீழிறங்கி
ஓடும் நதி மேலொரு சிறு அலையை
நான் காண மோகம் உன் நினைவை
மீட்டுதடி!

உன்னை தாண்டி போர்க்களம் நானும்
சென்று பல திங்கள் வாலும் வேலுமாய்
திரிந்த பின்னே நீர் படர்ந்த நதியதனின்
வருகைதரும் ஆர்பரப்பில்
உன் செவ்விதழ் திறந்த சிரிப்பொலியின்
கானம் கேட்டேன்.

தொண்டையது நீரின்றி தாகம் கொள்ள
கையிரண்டும் நதி நீரை அள்ளிச் செல்ல

வானத்தின் காதலியாம் சந்திரனின் பவள
ஒளி நதிதனில் விழுகையிலே உன்
முகமேனோ தெரியுதடி ?

நதி கொண்ட நீர் படுக்கை நிலவுக்குள்
ஒளிந்திருக்க நிலவு தனின் விம்பத்தில்
உன் சாயல் நான் காண விழி கடந்த உன்
மாயை மனம் கடந்து செல்லுகையில்
போர் தாண்டி வேல் பாய நதிக்குள்ளே
மூழ்கிப்போனேன்.

மங்கை உனை நான் காண நடு இரவில்
நீராடி மாதவன் நானுமிங்கு அல்லி
மலரதனை பெயர்த்தெடுக்க இரவிலும்
அந்த மலர்களெல்லாம் மலரக் கண்டேன்
நங்கை உந்தன் முகம் காண அல்லியும்
ஆசை கொண்டதாலே......

கோடீஸ்
நுவரெலியா

மனையுறும்

மணவிலக்கு மானிடமும்

சல்மான்

சமூகத்தில் ஒருவனுக்கு ஒருவர் தங்கி வாழும் பழக்கத்தை கொண்டுள்ளனர். அதன் அடுத்த அங்கமாக மனிதனை சிரேஷ்டமாகவும் பரம்பரை நகர்வுக்கும் சர்வ மதங்களும் திருமணத்தை கட்டாயமாக்கி ஆதரிக்கின்றன.

18 வயதை அடைந்தவர் திருமணம் செய்ய முடியும் என்கின்ற நம் நாட்டு சட்டமும் பருவ வயதை அடைந்த அனைவர் மீதும் திருமணம் ஆகுமாக்கப்பட்டுள்ளது என்கின்ற மார்கவியல் நிபந்தனையும் திருமணத்தின் முக்கியத்துவத்தை உணர்த்தி நிற்கின்றது.

என்றாலும் இவ்வாறான ஒரு சில திருமணங்கள் முடிவுகள் மனம் நோகும்படி ஆன விளைவுகளை சமூகமயமாக்கியுள்ளன அதுதான் மணவிலக்கு எனப்படும் டைவர்ஸ் அல்லது தலாக்.

மருமகள் வீட்டு வேலை செய்வதில்லை,மகன் பேச்சைக் கேட்பதில்லை, மருமகனின் நடவடிக்கைகள் சரியில்லை, குடிப்பழக்கம் இருப்பதை சொல்லவில்லை, மகள் பிள்ளைகளை கவனிப்பதில்லை எங்கனம் காண்பிக்கும் குறை காணுதலும் சண்டை பிடித்தது மணவிலக்குகாண ஆரம்பப்புள்ளிகளாக கருதமுடியும். இவ்வாறான வெளிப்படை காரணங்கள் சமூகத்தின் பார்வைக்காக சொல்லப்பட்டாலும் சொல்லப்படாத சொல்லமுடியாத மறைமுகமான காரணங்களும் இருக்கலாம்.

மணவிலக்கு காரணங்கள்

பொறுப்புணர்ச்சி வருமுன் திருமணம்.

அனேகமான திருமணங்கள் வீடுகளில் பேசி முடிப்பது காட்டிலும் தாமாக தெரிவுசெய்த இளம் பருவத்தில் ஏற்பட்ட ஈர்ப்பினால் உருவான காதல் திருமணங்கள் காலப்போக்கில் மனம் கசந்த திருமணங்களாக மாறுகின்றன.
தற்காலிக ஈர்ப்பும் திருமணத்தின் மீதான ஆசையினால் ஏற்பட்ட தூர நோக்கின்றி தீர்மானங்கள் இறுதியில் மனக்கசப்பில் மணவிலக்கு வந்தடைகின்றது.

வீடுகளில் பேசி முடிக்கப்படும் திருமணங்களில் மணமகள் வீட்டார் மகளைத் திருமணம் செய்து முடித்தால் கடமை முடிந்துவிடும் என்ற அவசரத்தில் பாடசாலைக் கல்வியை இடைநிறுத்தி அல்லது அது முடிந்தவுடன் திருமணத்தை முடித்து வைக்கின்றனர்.

இதில் தனக்கான நிலையை அறிய முன்னரே புதிய ஓர் வாழ்வில் இணையும் பெண் தனக்கான கடமை பொறுப்புகளை உணர முடியாமலிருக்கும் ஒரு பக்கம், மறுபக்கத்தில் எதிர்ப்பார்ப்புடன் மணமகன் வீட்டார் இவ்வாறான எதிர்பார்ப்புகள் பொய்யாகும் போது முறிவை சந்திக்கிறது.

ஆதிக்க செயன்முறை

ஆணாகட்டும் பெண்ணாகட்டும் இருவரும் ஒரு மனமாக சிந்திக்கும் போதே திருமணம் சிறக்கும் மாறாக தான் அந்தஸ்தை கல்வியை செல்வத்தை அடிப்படையாகக் கொண்டு கணவனை மனைவியும் மனைவியை கணவனோ ஆதிக்கம் செலுத்துதல் முறிவுகளை ஏற்படுத்தலாம்.அதாவது நேரத்துக்கு ஏற்ற நிலை மாற்றத்திற்கு பழகாத உள்ளங்கள் தனது நிலையை கொண்டு பிறரை ஆற்சிப்படுத்த முயற்சிப்பது உள்ளங்களில் விரிசலை ஏற்படுத்துகிறது.

கைக்கூலியும் பொருளாதாரமும்

இன்றைய இளம் திருமண ஜோடிகள் காதி நீதிமன்றங்கள் வலம் வர காரணங்களில் ஒன்று பேச்சுவார்த்தைகளின் போது தருவதாக கூறப்பட்ட சீதனம் தரப்படவில்லை ஆகவே திருமணத்தை முடித்துக் கொள்கிறோம் என்கிற சிந்தனை

நடவடிக்கைகளும் செயற்பாடுகளும்

தனக்கான துணையை எவ்வாறு இருக்க வேண்டும் என்கிற ஆசையில் இணையும் இரு உள்ளங்கள் அது தவிடுபொடியாகும் போது மனம் கசந்து வாழ்ந்தாலும் காலப்போக்கில் மணவிலக்கு முடிகிறது.

தேவையற்ற பழக்கங்கள் இல்லை என்கின்ற பேச்சுக்கும் என் பிள்ளை தங்கம் சொல்ற பேச்சை கேட்கும் என்கின்ற வசனங்களுக்கும் அடிபணிந்து நம்பிக்கைகளின் அடிப்படையில் இடம்பெறும் திருமணங்கள் அது பாதிக்கப்படுகின்றது என்று உணரும்போது முடிவு பாதகமாக அமைகிறது.

இவ்வாறான பிரிவின் சந்தர்ப்பங்களைத் தவிர்க்க மூன்றாம் நபரின் ஆலோசனைகளாக தனிக்குடித்தனம் குழந்தைப்பேறும் முன்மொழியப்பட்டாலும் மன முறிவு ஏற்பட்ட ஒரு சில தம்பதியினர் மாற்றத்திற்கு அவை காரணமாக அமைகிறது.

மனமுவந்தோ மனக்கசப்புகளுடனோ ஏற்பட்ட உறவினால் உருவான குழந்தைகள் பெற்றோர்கள் பிரியும்போது அனாதைகளாக மாற்றம் பெறுகின்றன.
சில குழந்தைகள் தான் தந்தை யார் என அறிய முன்னரே தந்தையும் தாயும் பிரிவை சந்தித்து விடுகின்றனர்.

எச்சந்தர்ப்பத்திலும் தூரநோக்குடன் ஆன சகிப்புத் தன்மைமிக்க வாழ்வியலும் பேச்சுவார்த்தை மூலமான பிரச்சினைகளுக்கு தீர்வு காண உதவும் சில வேளைகளில் இவ்வாறான பிரச்சினைகளை தவிர்க்க முடியும்

மலையருவி

சிமிலிலாம்பு

என்னோட சிமிலி லாம்பு
சின்னதுல என்னமாதி
அப்பப்போ சினுங்கிவிடும்....

தட்டையான போத்தலொன்னு
லாம்பு காயி...... லாம்பண்ண.......
திருகாணிய தூண்டிவிட்டா...

இப்பருக்க லைட்டு என்னா...
நெலா முட்டயப்போல..
நெஞ்ச நக்கும் வெளிச்சமது......

எங்க வீட்டில் நாலுப்பேரு
அண்ணே அக்காவோட
தம்பியும் சேந்துக்குவா...

வட்டமாக நாலு பேரும் சிட்டுமாதி
குந்திருக்க..
நடுவுல நாயகமா ஒளி கொடுக்கும்
சிமிலிலாம்பு......
நாலுபேரு கூட்டுசேந்து நல்லத
பேசுனாங்க
சிமிலி லாம்பு காலத்துல.....

சாப்பாடு ஒரு பக்கம்
தொலைக்காட்சி மறுபக்கம்
இப்போ இது வளக்கமாச்சி.....

சாக்க விரிச்சி போட்டு
சப்பளங்காலுபோட்டு
சிமிலிலாம்பு ஒளிகொடுக்க
ஒருவாயி தின்னாலும்
கொடலில் போயி ஒட்டிக்கிரும்......

'பொற்காலம் தானேயது...'

வானிலுள்ள நட்சத்திர கூட்டத்துல....
எங்க வீட்டில் ஒன்னு
தவறி விழுந்துவா
நா மனசுக்குள்ள நெனச்சிக்குவே.......

புஸ்தகத்த எடுத்து நானு...
பாய் பூரா பரப்பி வச்சி......
ஒரு பக்கத்த படிக்கயில...
என்கூட கதை பேசும்
என்னோட சிமிலிலாம்பு.......

அப்ப்போ சிமிலி ஒடைஞ்சி விட்டா...
திரியோட பெரும் பெரச்சனத்தா.......

காலம்பர எந்திரிச்சி
மூஞ்சி கழுவினாக்கா
மூக்குப்பூறா கரியாருக்கும்......

முக்கு சிந்தும் நேரமெல்லாம்
கரியா கொட்டுமையா......
இந்த அனுபவம் இருக்கிறதா...
அது கூட சுகம்தானே......

இப்ப மினுக்குற லைட்டுக்குள்ள
நா மூழ்கி கெடந்தாலும்
அந்த நட்சத்திர மினுக்கல்
ஒளி எம் மனச விட்டு மாறலியே....

மங்காத அந்த ஒளி...
எங்கிருக்கு இந்த நேரம்...

'அது என்னோட சிமிலிலாம்பு...'

(என் நெஞ்சம் கொண்ட ஈரம்)

எம்.ராமதாஸ்
இறம்பொடை

மலையக மக்களே... உங்கள் திறமைக்கான அடையாளத்தை வெளிப்படுத்த தக்க தருணம் இது.. உங்களதும் உங்கள் பிள்ளைகளதும் உங்கள் சொந்தங்களினதும் திறமையான படைப்புகளையும் ஆக்கங்களையும் எமக்கு அனுப்பி வையுங்கள் +94 76 876 6133

ட்ரீங்

கஞைத்துறைத்தென்றல்
ஸல்மான் பின் பாறிஸ்
நளீமியா கலாபீடம்

விடியற்காலை 5.00 மணியிருக்கும் கடிகாரத்தில் அலாரம் சத்தம் கேட்டது. அது கேட்டதுமே எழுந்து, தனது மகளை தட்டி எழுந்து சுபஹ் தொழு என்று தழுதழுத்த தொனியில் கூறிவிட்டுச் சென்றாள். விசிறியோ விரைவாகச் சுழன்று இதமான காற்றை அல்லிக் கொடுத்துக் கொண்டிருந்தது. இதனால் அவளால் விழிக்க முடியவில்லை தனது போர்வையை மேலும் இழுத்துப் போர்த்தித் தூங்க பார்த்தவளின் பார்வையில் சுவரின் ஓரத்திலுள்ள மேசையின் மீது வைக்கப் பட்டிருந்த புகைப்ப டத்தின் மீதுபட்டது. பட்டதுமே அவள் தூக்கத்தை மறந்தாள், கண்கள் கலங்கியவளாக உடனே படுக்கையிலிருந்து எழுந்து சென்றாள்.

இருளின் ஆக்கிரமிப்பிற்கு உள்ளான வானம் செங்கதிரோனின் வருகையால் மாற்றத்திற்கு உள்ளாகும் நேரம் வந்தது. அவளோ அவனது பிரிவின் கவலையில் தன்னை மறந்திருந்தாள், தாயின் அழைப்பொலி அவளது கவலையை விட்டும் மீளச்செய்தது. உடனே அவசரமாக சீருடையணிந்து பாடசாலை செல்ல தயாரானாள். அவளது உள் மனதினுள் அவனின் பிரிவு குத்திக் கொண்டிருந்தது. அந்த பிரிவின் கவலை பாடசா லைக்குச் செல்வதற்குக் கூட அவளுக்கு இடம் கொடுக்க வில்லை. என்றாலும் தாயின் ஏச்சுப் பேச்சுக்களுக்கு ஆளாகக் கூடாதே என்பதற்காக வீட்டிலிருந்து வெளியேறினாள். முச்சக்கர வண்டியில் ஏறி அமர்ந்த அவளை அவனது நினைவுகள் இன்னும் பன் மடங்காகி அவளை ஆக்கிரமித்தது. பாடசாலையை அடைந்த அவள் வழமைக்கு மாறாக நடப்பதை நண்பிகள் அவள் செயலின் மூலம் அறிந்து கொள்ளத் தவற வில்லை. அவள் பாடம் படிப்பதிலும் சரியாக கவனம் செலுத்த முடியவில்லை. அவனோடு சந்தோஷமாக கழித்த நாட்களையும், கேலிப் பேச்சுக்கள் பேசி கொஞ்சி இருவருக்குமிடையில் அன்பை பரிமாறிக்கொண்டதையும், நினைத்த அவளுக்கு தற் பொழுது அவள் தன்னோடு இல்லையே என்ற கவலை முகம் சோகத்தில் வாடியது

ஏன்டி இப்படி அழுற ....

கவலை தோய்ந்த குரலில் அவளது நண்பிகள் அவளை நோக்கி வினா தொடுக்க பதிலளிக்க இப்போது அவள் மனம் விடவில்லை. அது ஏனோ! இவள் அவன் மீது வைத்த பாசமோ! அவன் இவள் மீது வைத்த பாசமோ புரியவில்லை .

இடைவேளை நேர மணியோசை காதைத்துளைத்துச் சென்றது. தருணம் பார்த்து

கைதி சிறையிலிருந்து தப்பி ஓடுவ தனைப் போல மாணவர்கள் வகுப்பறையிலிருந்து ஓடினார்கள். அவளது வகுப்புத் தோழிகள் உணவகத்தினை நோக்கி விரைய அவள் தனிமையில் இருக்கையில், அருகில் வந்து அமர்ந்து வினா வினவினாள் அவளது உற்ற தோழி. எப்படி. கேள்வி கேட்டாளோ தெரியாது அவளது வாய் திறம்பட அவளது கவலைகளை வெளிவிட ஆரம்பித்தது ....

நானும் அவன் ஆறு வருடமாக உயிருக்கு உயிராக நேசிச்சன் தானே! எப்படி ஒட்டு மொத்தமா அவன மறக்க முடியும் ... என விம்மி விம்மி கூறி முடித்தாள்.

பாடசாலை விட்டு வரும் போதும் அவனது நினைவுகள் அவளை விடவில்லை, அவளை நிழல் போல பின் தொடர்ந்தது. அவளை விட்டு அவன்தந்தை அவன் விம்மி விம்மி அழ கையை பிடித்து பலவந்தமாக இழுத்துச் சென்ற போது அவன் கண்ணீர் வடித்து அழுத காட்சி அவளது நினைவிற்கு வர ... அவன் அழு கையும் அவனுக்கு ஓர் அழகு என தன் மனதினுள் நினைத்தாள் .

அவள் மாலை நேரங்களில் தனது தோழிகளுடன் பக்கத்து ஊரிலுள்ள பூங்காவிற்குச் சென்று படிப்பது வழக்கம். அன்று அவள் சக தோழிகளுடன் தனது சுய துன்பங்களை பகிர்ந்து கொண்ட வண்ணம் பூங்காவை சென்றடைந்தாள் .

அவளது எண்ணம் ..... தானும் அவனும் அடிக்கடி இங்கு வருவது பற்றியும், மலைப் போன்று உயர்ந்து காணப்படும் கல்லில் அமர்ந்தது பேசிக் கொண்டிருப்பதைப் பற்றியும், மிட்டாய் வாங்கி சந்தோஷமாய் பரிமாறி சாப்பிடுவதையும் ஒரு கணம் கிளறிச் சென்றது. தான் நண்பிகளுடன் வந்திருப்பதை மறந்த அவள் சிந்தனை வசப்பட்டு தனியே நடக்கத் தொடங்கினாள். நடக்கத் தொடங்கியவளுக்கு ஓர் அதிர்ச்சி காத்திருந்தது .

தொலைவிலே அவன் நின்றிருந்தான். அவனைநோக்கி அவளது பார்வை தென்றலுடன் கலந்து அவனை அடைந்தது. அவளுக்கோ ஒரே மகிழ்ச்சி – உடலில் மெய்சிலிர்க்க ஆனந்தம் மேலோங்க, கண்ணீர் ஆனந்தத்தை வெளிக்காட்டிற்று . ஒரு கணம் அசந்து போன அவள் அவனை நோக்கி ஓடினாள். ஓடிச் சென்ற அவள் கட்டியணைத்து முத்தமிட்டாள் .

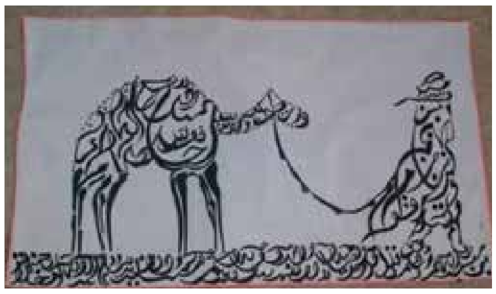
தாத்தா .... நான் உங்க கூட இருக்க ஊட்டுக்கு வாரன் ..... என்று தனதுமழலை மொழியில் தனது பாசமிகு சகோதரியின் கையைப் பிடித்து கெஞ்சிக் கொண்டான் .

தம்பியை அழைத்து வந்த தந்தை பக்கத்தில் சிலைப் போல நின்றிருக்க அவள் என்ன பதில் சொல்வாள் , ஒன்றுமே அறியாத பிஞ்சு தம்பிக்கு .

முற்றும்

துணிந்தெழு
வரலாறு படைக்க இருக்கும் வைர நெஞ்சங்கள்
@skytamil.lk
மாதமிருமுறை | இதழ் - 19 | 15 ஜனவரி 2022

அரபு எழுத்தணிக்கலையில் அட்டாளைச்சேனை ஹக்கீம் அஹமத்



முஹைதீன் பாவா ஹக்கீம் அஹமத் அவர்கள் 11.09.1994 ஆம் ஆண்டு முஹைதீன் பாவா, உம்மு ஸலமா தம்பதியினருக்கு அட்டாளைச்சேனை மண்ணில் மகனாகப் பிறந்தார். அவரது ஆரம்பக் கல்வியை அட்டாளைச்சேனை முஸ்லிம் மகா வித்தியாலயத்தில் கற்றார். அதன் பின்னர் ஈஸ்ட் சிலோன் அரபிக் கல்லூரியில் மேற்படிப்பை தொடர்ந்ததுடன் ஏழு வருடங்களை பூர்த்தியும் செய்தார். அதன் பின்னர் மாணவர்களிடையே அரபு எழுத்தணிக்கலையை ஊக்குவித்து விரிவாக்கம் செய்யும் நோக்குடன் உயர்தர மற்றும் சாதரணதர வகுப்பு மாணவர்களுக்கான அரபு எழுத்தணிக்கலை சம்மந்தமான பாடங்களை ஒரு வருட காலமாக நடாத்தினார். அதன் பின்னர் முக்கிய சூழ்நிலை பொருட்டு அவரால் தொடர்ந்து அவ் வகுப்புக்களை நடாத்த முடியாது போனது.

ஹக்கீம் அஹமத் அவர்கள் அரபு எழுத்தணிகளில் ஆர்வமுள்ளவர் என்ற வகையில் அறபு எழுத்தணி அறிமுகமில்லாதவர்களிடமும் அதனை அறிமுகம் செய்வதற்கு பல முயற்சிகளை செய்துள்ளதுடன், மாணவர்களுக்கான பயிற்சி வகுப்புக்களையும் மேற் கொண்டார். அதில் பல பயன்களை மாணவர்களிடையே பெற்றுக் கொடுத்தார்.

இந்த அரபு எழுத்தணி துறையில் பல போட்டிகளில் கலந்து கொண்டு வெற்றிகளையும் ஈட்டியுள்ளார். அறபு எழுத்தணியில் பிரதேச மட்டத்தில் முதலாமிடம்,மாவட்ட மட்டத்தில் முதலாமிடம், மாகண மட்டத்தில் முதலாமிடம் மற்றும் தேசிய மட்டத்தில் முதலாமிடம் என்பவற்றை பெற்றுள்ளார்.

அரபு எழுத்தணி கலை என்பது இஸ்லாமிய கலைகளுள் ஒன்றாகும் என்ற வகையில் அவருடைய நோக்கம் என்னவெனில், மக்கள் ஆதரவு எதிர்பார்ப்பிற்கு பதிலாக இத்துறையினை சார்ந்தவர்கள் ஆர்வமுள்ளவர்கள் இதனை தொடர்ந்தேர்ச்சியாக கொண்டு போக வேண்டுமென்பது தான். மேலும் இவர் கடந்த ஐந்து வருடங்களாக மாணவர்களுக்கான குர்ஆன் மத்ரஸாக்களை நான்கு இடங்களில் சிறப்பான முறையில் நடாத்தி வருவதுடன் மாணவர்களை சிறந்த குர்ஆன் வழி காட்டல்களுடன் வழி நடாத்தி செல்கிறார்.

ஐந்து வருடமாக தேசிய மீனவ ஒத்துழைப்பு இயக்கத்தில் இளைஞர்களின் அமைப்பின் தலைவராக செயற்பட்டார். அத்துடன் தன்னுடைய சமூக பற்றின் மூலம் மக்களின் நீதிக்காக போரட்டங்கள் மூலம் போராடினார். இன்னும் பெண்களின் உரிமை இளைஞர் உரிமை மீனவ மற்றும் காணி சம்மந்தமான பல உரிமைக்காக NAFSO அமைப்பினூடாக இணைந்து போராடியும் வருகிறார். அல்ஹம்துலில்லாஹ்! அதில் மக்களுக்காக தொடர்கிறது அவருடைய பயணம்.

அவருடைய ஒரே ஒரு நோக்கம் எப்போதும் "நமது பிறப்பு ஒரு சம்பவமாக இருக்கலாம் ஆனால் மரணம் சரித்திரமாக இருக்க வேண்டும் அதுதான் அவருடைய சிறந்த நோக்கம் இதற்காக கடைசி வரை தன் நற் பணிகளை தொடர்வதாகவும் உறுதியுடன் கூறி அதில் பொறுப்புணர்ச்சியுடன் செயற்பட்டும் வருகிறார்.

ப்ரேமம்

பதீ ஹனா,
ஓட்டமாவடி.

ஒரு நேசம் அதன் ஆழத்தை புரிந்து
கொள்ளாவிட்டாலும் பரவாயில்லை,
அடிப்படையை மறந்து விடக்கூடாது...

எங்கோ ஓர் பயணத்தில்,
பாதையில் களைப்புற்று,
அலுத்து, சளைத்து இளைப்பார
உங்கள் நிழல் சேர்கையில்
சொகுசு இருக்கை தான் வேண்டும்
என்றில்லை, இருக்கும் உங்கள்
கிளைகளுக்குள் தரும் சிறு நிழல்
போதுமல்லவா...

யாரும் யாரிடமும் இறங்கிப்
போவதேல்லாம்,
யாரோ யாரையோ பேசிவிடு என
கெஞ்சுவதெல்லாம் இந்த
நேசத்தின் இலக்கணம் தானே..

கண்ணீர் விட்டு கதறியழும் சப்தங்களை
விடவாசற் கதவடைத்து இதயக் கதவுகளை
திறந்து விட்டு ஏங்கித் தவிக்கும் இதயங்கள்
இங்கு ஏராளம்...
ஒரு போதும் இப்படியெல்லாம் யாரோ
ஒருவரின் நேசத்திற்காய் நான்
ஏங்கித்தவித்ததில்லை என அவ்வளவு
எளிதாய் மறுத்திட முடியாது யாராலும்...

இந்த வாழ்க்கை எதைத்தான் தந்து விட்டது
வலிகளில் தான் வழிகள் என்று
தேடிப்பிடிக்கச் சொன்ன போதெல்லாம்
பற்றிப் பிடித்து சுற்றித் திரிந்ததெல்லாம் ஒரு
நேசம் தரும் தைரியத்தைத் தானே...

முகம் பார்த்து,
வருடங்களாறு கடந்து தான் இந்த நேசம்
வரும் என்றெல்லாம் இல்லை, முகவரியே
அறியா முதியவர் தனிமையில் பேச்சுத்
துணைக்காய் அமர்ந்திருப்பதும் அத்தனை
அழகிய நேசம் தான்..

இங்கு நேசமென்பதெல்லாம் வாலிபத்து
ஈர்ப்புக்கள் மட்டுமல்ல, இனம், மதம்,
பாலினமின்றி தனித்திருந்து தவிக்கும்
உள்ளங்களுக்கு யாரேனும் தூர விடும்
புன்னகை விருந்தாய், மருந்தாய்
இருக்குமானால் அதுவே இங்கு அடிப்படை
நேசம்..

மனிதநேயத் தூதர் முஹம்மத் ﷺ

புத்தக அறிமுகம்

சாஜித் வஹாப் (நளீமி)

பெயர்: மனித நேயத் தூதர் முஹம்மத் (ஸல்)
வெளியீடு: மிஷ்காத் ஆய்வு நிறுவனம், கொழும்பு.

நபி (ஸல்) அவர்கள் குறித்து ஏராளமான நூல்கள் வெளிவந்துள்ளன. வெளிவந்து கொண்டிருக்கின்றன. அந்த வரிசையிலே இந்நூல் மிகவும் கவனிக்கத்தக்கது. தனித்துவம் பெற்றது.

அறிஞர் ஃகாலித் முஹம்மத் ஃகாலித் அவர்களின் ''இன்ஸானியது முஹம்மத்'' என்ற அரபு மொழி நூலின் இரண்டு தலைப்புகள் உள்ளடங்களாக உஸ்தாத் மன்ஸூர் அவர்களது ஆக்கமொன்றினையும் ஒன்றிணைத்து இந்நூல் வெளிவந்துள்ளது.

புத்தகத்தின் உயிரோட்டமாய் அழகிய வடிவமைப்பு ஸப்ரான் ஷியாம் அவர்களால் வழங்கப்பட்டுள்ளது.

இந்நூலுக்கான பதிப்புரை மிஷ்காத் ஆய்வு நிறுவனத்தின் தலைவர் அஷ்ஷெய்க் எஸ்.ஏ. கே அப்துர் ராஸிக் அவர்களால் வழங்கப்பட்டுள்ளது.

''இறைத் தூதரின் உன்னத வாழ்வு'' என்ற தலைப்பில் துவங்குகின்ற முதலாவது பகுதியான உஸ்தாத் மன்ஸூர் அவர்களது ஆக்கம் சாதனைகள் படைத்த முஹம்மத் நபி (ஸல்) ஒரு மனிதர், தியாகமே வாழ்வு, ஆன்மீகப் புரட்சியே அடிப்படை என்ற கிளைத் தலைப்புகளில் பல அற்புதமான கருத்துகளை வாழ்வியல் உதாரணங்களுடன் சிந்தனைகளுக்கு நீர் பாய்ச்சுகின்றது. எளிமையான எழுத்து நடையுடன் அடர்த்தியான விடயங்கள் தெளிவூட்டப்பட்டுள்ளன.

அறியாமையை ஒரு நிரந்தர அபய கேந்திரமாக்கி விடக் கூடாது. எல்லா நோய்களுக்கும் மருந்துண்டல்லவோ! ஆக பிழையான புரிதல்களைத் தூய்மைப்படுத்தி தெளிந்த வானமாய் கருத்துகளைப் போதிக்கின்றது இப்பகுதி. நிதானமாகப் படித்துப் புரிந்து கொள்ள வேண்டிய வாழ்க்கைப் பாடங்கள் உணர்த்தப்படுகின்றன. நபியவர்களைப் புரிந்து கொள்வதற்கான அடிப்படைகளைத் தெளிவாக விளங்கப்படுத்தியுள்ளது இப்பகுதி. வாசிக்க ஆரம்பித்த நொடி முதல் உள்ளத்து மடல்கள் விரியத் தொடங்கிவிடும். இப்பகுதியை மையமாகக் கொண்டு பல அறிவாடல் கலந்துரையாடல்களை மேற்கொள்ளலாம்.

அதனைத் தொடர்ந்து வருகின்ற நீதியே இறைத்தூதரின் சட்ட யாப்பு, மக்களின் பிரச்சினைகளைத் தீர்ப்பதே இறைத்தூதரது வணக்கம் என்ற இரு தலைப்புகளும் ஃகாலித்

முஹம்மத் ஃகாலித் அவர்களது ''இன்ஸானியது முஹம்மத்'' என்ற நூலின் மொழியாக்கமாகும். அரபு மொழியில் இருந்து தமிழுக்கு ஜாமிஆ நளீமிய்யாவின் அறபு மொழிக் கற்கைகள் பீடத் தலைவர் கலாநிதி பீ.எம்.எம் இர்பான் (நளீமி) அவர்களால் மொழியாக்கம் செய்யப்பட்டுள்ளது.

இலக்கிய வாசனை பரப்பி நபியவர்களது உன்னத வாழ்வியலை உதாரணங்களுடன் படிப்பினையாக அள்ளி வீசுகிறது இந்தப் பக்கங்கள். தெவிட்டாத வாசிப்பிற்கு சுவை குன்றாத மொழிபெயர்ப்பாக அமைந்துள்ளமை வாசகர்களுக்கு சிறந்த விருந்தாக இருக்கப் போகின்றது என்பதில் ஐயமில்லை. ஆற்றொழுக்கான செந்தமிழ்ச் சொல்லழகில், சொக்கிப் போக வைக்கும் நடையில் மொழிபெயர்ப்பு அமைந்திருப்பது இந்நூலின் சிறப்பு.

அதேநேரம் இந்நூலின் ஆங்கில மொழியாக்கம் கொழும்பு ஸாஹிராக் கல்லூரி கனிஷ்டப் பிரிவுத் தலைவர் எம்.எம் ஷாஸுலி அவர்களாலும், சிங்கள மொழியாக்கம் சிரேஷ்ட ஊடகவியலாளரும் மொழிபெயர்ப்பாளருமான எம்.எஸ்.எம் அய்யூப் மற்றும் சட்டத்தரணி அஷ்ஷெய்க் இம்தியாஸ் வஹாப் (நளீமி), ஜாமிஆ நளீமிய்யா பணிப்பாளரின் செயலாளர் எம்.எல்.எம் ரினாஸ் ஆகியோரால் செய்யப்பட்டுள்ளது. உத்தம நபியின் உன்னத வாழ்வு பற்றிய புரிதல்கள் குறிப்பிட்ட மொழிசார் வாசகர்களுடன் மாத்திரம் வரையறைக் கோடுகளை வரையாமல் மும்மொழி சார் வாசகர்களுக்கும் பயன் மழைப் பொழிவதாக இந்நூல் அமைந்துள்ளது.

வாசிப்பின் மூலமாக ஒரு காலத்தை, அந்த காலத்திற்கே செல்லாமல் ஒரு வாழ்க்கையை, அந்த வாழ்க்கையை வாழாமலேயே ஓர் அனுபவத்தை, அந்த அனுபவத்தை அனுபவிக்காமலேயே எடுத்துக் கொள்ள முடியும் என்பது நிதர்சனம். அவ்வாறான வாழ்வியல் உதாரணங்களை உத்தம நபியின் வரலாற்றிலிருந்து பல படிப்பினைகளுடன் வறண்ட நிலங்களுக்கு நீர்பாய்ச்சுவது போல வறண்ட உள்ளங்களுக்கு கருத்து மேம்பாட்டை வழங்குகின்றது இந்நூல்.

நபி (ஸல்) அவர்களைக் குறித்து பல வண்ணங்களாக மிளிர்ந்த வாழ்வியல் எண்ணங்களை வார்த்தெடுத்துக் கொடுக்கின்ற ஓ(கா)வியமாக ஜொலிக்கின்றது இந்நூல். அந்த மனிதநேயமிக்கத் தலைவரின் வாழ்வில்தான் எத்தனை வழிகாட்டுதல்கள்! எவ்வளவு பாடங்கள்! எத்தனை எத்தனை முன்னுதாரணங்கள்! விரிந்துகொண்டே செல்லும் ஞான மேகத்தின் அருள் மழையில் ஆனந்தமாய் நனையலாம்.

நபி (ஸல்) அவர்களைப் பற்றி சொல்லச் சொல்ல சொல் இனிக்கும். கேட்கும் செவி குளிரும். இதயம் நனைய கண்கள் பனிக்கும். இந்நூல் ஆர்வலர்களுக்கு நல்கப்பட்டிருக்கும் நிகரில்லாக் கொடை. ஒரு புத்தகம் மனக் குளத்தில் விழுந்த கல் போன்றது. எப்படிப்பட்ட அலைகளை அது எழுப்பும் என்று மட்டிட முடியாது. ஆதலால் வாசித்துப் பாருங்கள். இந்த நூலை வாசிக்கும் ஒவ்வொரு வாசகரின் மனதிலும் நபி (ஸல்) அவர்கள் குறித்த மதிப்பீடு கோடி மடங்கு உயரும். நூற்றுச் சொச்சம் பக்கங்களைக் கொண்டதாக இருப்பதால் ஆரம்ப வாசிப்பாளனை சலிப்படையச் செய்யாத நூலாக இருக்கின்றது.

வெறுமனே வாசித்துக் கடந்து விடாமல் வாழ்க்கையில் நபி (ஸல்) அவர்களை முன்னுதாரணமாகக் கொண்டு வாழ வேண்டும். அத்தகைய ஏராளமான உதாரணங்கள் நபியவர்களின் வாழ்வு முழுவதும் கொட்டிக் கிடக்கின்றன. நபியவர்களைப் புரிந்து கொள்வதற்காக கரம் கிட்டிய அருமையான நூல். அந்த வகையில் இது வாசிப்பதற்கான நூல் மாத்திரமல்ல, மனித நேயமிக்க வாழ்க்கைக்கான நூலும் கூட.

புத்தகம் கரம் கிட்ட ஆர்வலர்கள் என்றும் தொடர்பு கொள்ளலாம். இறுதித் தூதர் முஹம்மத் நபி (ஸல்) அவர்களின் மனித நேயத்தை மிகவும் வித்தியாசமாக சிறந்த முறையில் உணர்த்தும் இப்புத்தகத்தை இளைஞர்கள், சிறியவர்கள், பெரியவர்கள் என அனைத்துத் தரப்பினரும் கட்டாயம் வாழ்வில் ஒரு முறையாவது வாசிக்க வேண்டும்.

இதனை நீங்கள் வாசிப்பதன் மூலம் இறுதித் தூதர் முஹம்மத் (ஸல்) அவர்களின் வாழ்வை அணுகும் முறை முற்றிலுமாக மேம்படும் என்பது நிதர்சனம்.

உங்கள் வீடுகளிலிருந்தே இலகுவாக வட்ஸப் மூலம் ஓடர் செய்து பெற்றுக்கொள்ளலாம்.
0777891344
விலை – 300/–

–எம் சகோதர மத நண்பர்களுக்கும்
நபிகளார் பற்றி
சிறந்த முறையில் அறிமுகம் செய்ய மிகவும் பொருத்தமான நூல் இது–

புகைப்படத் தொகுப்பு

புகைப்படக் கலைஞர்களுக்கான களம்

இந்த மாத சிறந்த புகைப்படம்

முகம்மட் ரஸீம் - மூதூர்

கே.சானுஸ்காந்த்
வீரமுனை

ஷிம்ரா பாரூக் - கொழும்பு

நுபைல் அகமது
நிந்தவூர்

துணிந்தெழு
வரலாறு படைக்க இருக்கும் வைர நெஞ்சங்கள்
@skytamil.lk
மாதமிருமுறை | இதழ் - 19 | 15 ஜனவரி 2022

புகைப்படத் தொகுப்பு

புகைப்படக் கலைஞர்களுக்கான களம்

முகமது ஜெஸீம்
சம்மாந்துறை

N SAJIDHA
GELIOYA

S.S.Hingfath
Sammanthurai

சஸ்னியா சலீம்
பன்னாலா

T.M.THAIQ
KALPITIYA

பாத்திமா ஹப்சானா
அக்கரைப்பற்று

அமீனா புஹாரி
புத்தளம்

ஏ.அக்ஷன் மொஹமட்
அட்டாளைச்சேனை

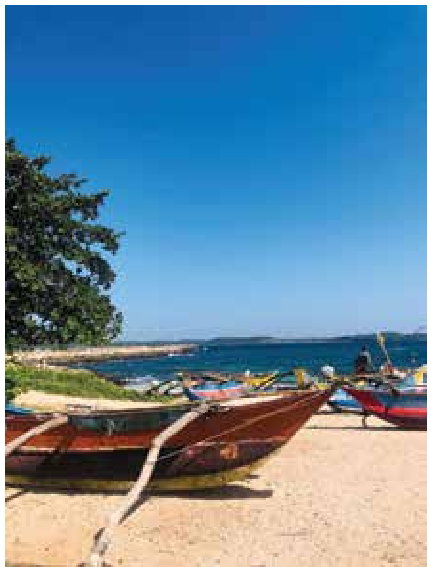
Milhana Milhan
Horagoda, Telijjawila

துணிந்தெழு
வரலாறு படைக்க இருக்கும் வைர நெஞ்சங்கள்
@skytamil.lk
மாதமிருமுறை | இதழ் - 19 | 15 ஜனவரி 2022

புகைப்படத் தொகுப்பு

புகைப்படக் கலைஞர்களுக்கான களம்

ஸிதாம் சாய்ந்தமருது



அகீல் லாஹிர்
கொழும்பு

KM. Suthais
Kattankudy

Jasoora Jaleel
Malaysia

S.Renughashani

Baheej Ahamed
Kattankudy

அப்சல் அகமது கரீஸ்
மூதூர் (தற்போது - கத்தார்)

மண்முனை பாலம்

எம்.பஹ்த் ஜுனைட்
ஊடகவியலாளர்
காத்தான்குடி.

காலஞ்சென்ற, முன்னாள் ஆசிரியர் அவர்களுக்கு சமர்ப்பித்த வரிகள்...

வரிகள் அத்துனையும் அழியா வடுக்களாக...
இழப்பு என்றும் நீங்கா நினைவாக...
இறைவனின் அழைப்பு என்றும் மறுக்க
முடியா நிகழ்வாக... நிஜங்கள் அத்துனையும்
இன்று நிழலாக...

நான் பாடசாலையை கண்டது தொட்டு இன்று
வரை அதே பாடசாலையில் சேவை செய்த
புனிதமான ஆசான் இவர்...
23 வருடங்கள் ஒரே பாடசாலையில் சேவை
புரிந்த நேர்மையான ஆசான் இவர்...
அச்சு போல் எழுத்துக்களைக் கொண்ட
எழுதுகோல் இவர்...

மும்மொழியிலும் மின்னும் நட்சத்திரமாய்
திகழ்ந்தவர் இவர்...
ஆங்கிலத்தையே அச்சாணியாய் தன்னகத்தே
கொண்டவர் இவர்...
ஆங்கிலத்தை ஆசை காட்டும் அகிலத்தின்
அதிசயம் இவர்...
சிரித்துப் பேசும் சிறந்த ஆசானும் இவர்...
ஆண்டுகள் மறைந்தாலும் நீங்கா இடம்
பிடித்த ஆசான்களில் ஒருவரும் இவர்...

எம் - வகுப்பாசிரியராக இருந்ததுமில்லை...
எம் - பாட ஆசிரியராக கற்பித்ததுமில்லை...
கருத்தரங்குகளில் மட்டுமே இவரின்
கற்பித்தல் - அது குறுகிய வட்டத்திற்குள்...
ஆனால், நீங்கா இடம் பிடித்து நித்தமும்
நினைவுறுத்தும்...
இவர் - ஆங்கிலத்தை மறக்க மனதளவிலும்
தயாரில்லை...

இல்ல விளையாட்டுப் போட்டிகளில் ஓர்
இல்லமாய் இருந்ததுமில்லை...
ஊக்க மருந்தாய் ஊக்குவிக்கும் உன்னத
ஆசான் இவர்...
ஆங்கில தினமென்றாலே அது - இவரின்
நாமம் தான்...
ஆங்கிலத்திற்கே ஆங்கிலம் போதிக்கும்
உயிரான ஆசான் இவர்...

இறைவனின் அழைப்பை ஏற்றாலும்,
பாடசாலைக்கே பேரிழப்பாக இருந்தாலும்,
உணர்வுகளாய் அல்-ஹம்றா கலையகம்
எங்கும் - உம் புகழோங்கி நிற்கும்...
நினைவுகள் நிழலாக என்றுமே தொடரும்
விம்பங்களாக...
சேவைகள் என்றும் கொடிகட்டிப் பறக்கும்...
நானாக இன்றி நாமாக என்றும் ஒன்றாக
சேர்ந்து பிரார்த்திப்போம்...
இவரின் - ஜன்னத்துல் பிர்தௌஸ் எனும்
சுவன வாயிலுக்காக!!!..

ஆசிரியர் பணியது - அறப்பணி
இறந்த பின்னும் பேசுமது - நற்பணி!!!..

பழைய மாணவியும்,
முன்னாள் ஆசிரியரின் மகளுமாகிய
நான், ஷஹ்னா ஸப்வான்
தர்கா நகர்

இருமல் பற்றி தெளிவுபடுத்த முடியுமா?

வைத்தியர் வாசுகி மனோகரன்
பிரதேச வைத்தியசாலை
செல்வநாயகபுரம் - திருகோணமலை

நேர்காணல்
பைஷல் இஸ்மாயில்

இருமல் பற்றி தெளிவுபடுத்த முடியுமா ?

இருமல் என்பது சளியையும் நுரையீரல் மற்றும் காற்றுக் குழாய்களை உறுத்தும் துணிக்கைகளையும் அகற்றும் உடலின் இயற்கையான வழியாகும். இது காற்றைத் தவிர வேறு எந்தப் பொருளும் நுரையீரலுக்குள் செல்லாதவாறு தடை செய்கின்றது. இது ஒரு இயற்கையான செயற்பாடாகும்.

திடீர் இருமல், நாட்பட்ட இருமல், வறட்டு இருமல், சளி இருமல், ஒவ்வாமை இருமல், ஆஸ்த்துமா இருமல், இரவு நேர இருமல் என்பன இருமலின் முக்கியமான வகைகளாக இருக்கின்றது. இவை நுரையீரலில் இருந்து காற்று வெளியே வரும் பாதையில், ஏதேனும் எரிச்சல் ஏற்படும்போது தானாக இருமல் ஏற்படுகின்றது. தொண்டையில் உள் புறத்தில் புண் மற்றும் அரிப்பு ஆகியவை இருந்தால் தொடர்ந்து இருமல் வந்து கொண்டே இருக்கும்.

பொதுவாக மார்பக இருமல் அல்லது வறட்டு (உலர்ந்த) இருமல் என்று இரு வகையாக இதை விவரிக்கலாம். மார்பக இருமல் எப்படி ஏற்படுகின்றது என்றால், நோய்தொற்றின் காரணமாக நுரையீரலில் வழக்கத்திற்கு மாறாக அதிகமான சளியைக் கொண்டிருக்கும். இந்த அதிகப்படியான சளியினால்மார்பக இருமல் (நெஞ்சு இருமல்) ஏற்படுகின்றது. வறட்டு இருமல் உள்ளது எனில், அடிக்கடி இடைவிடாது வறட்டு இருமல் இருக்கும். ஆனால் அதில் சளி இருக்காது. எப்போதாவது வருகின்ற இருமல் சாதாரணமானதாக இருக்கும். பொதுவாக உடலில் இருக்கும் சளி மற்றும் அசுத்தங்களை வெளியேற்ற இருமல் உதவுகின்றது.

ஒரு இருமலின் சத்தம் ஈரலிப்பானதுபோன்று, உலர்ந்தது போன்று அல்லது குரைப்பது போன்று காணப்படலாம். இவை இரு வாரங்களுக்கு குறைவான காலத்துக்கு இருக்குமாக இருந்தால் கடுமையான இருமல் என அழைக்கப்படும். நான்கு வாரங்களுக்கு மேலாக நீடிக்கும் இருமலை நீடித்த இருமல் என அழைக்கப்படும். இருமல் எவ்வளவு காலம் நீடிக்குமென்பதை அதன் காரணத்தை வைத்து அறிந்துகொள்ள முடியும்.

வறட்டு இருமல் என்றால் என்ன ?

சளி, காய்ச்சல் போன்ற நேரங்களில் உண்டாகும் இருமலைக் காட்டிலும் வறட்டு இருமல் அதிக உபாதை தரக்கூடியது. குழந்தைகள் முதல் வயதானவர்கள் வரை அனைவரையும் பாதிப்புக்குள்ளாக்கும் வறட்டு இருமல் இரவு நேரங்களில் கூடுதலாக இருக்கும். இவை வைரஸ் தொற்றாலும் உருவாகலாம். வறட்டு இருமல் காரணமாக தொண்டையில் எரிச்சல் உண்டாகலாம். மேலும், தொண்டையில் வலி, முள் குத்துவது போன்ற உணர்வு, தொண்டையில் கிச், கிச் என்னும் கூச்ச உணர்வு போன்ற பிரச்சனைகளோடு தொடர்பு கொண்டுள்ளது.

வறட்டு இருமல் நீண்ட நாட்கள் வரை இருக்கும். இந்த இருமல் தொடர்ந்து இருக்கும்போது உடல் வெப்பநிலை அதிகரிக்கும், மூச்சுத்திணறல் மற்றும் நெஞ்செரிச்சல் அவதியும் உண்டாகக்கூடும்,

தொண்டையில் உண்டாகும் வலியால் உணவை விழுங்குவதில் சிரமம், தூங்கும்போது மூச்சுவிடுகையில் விசில் அடிப்பது போன்ற சத்தம் என்பன இருக்கும். குறிப்பாக, பெருமளவு தூக்கத்தை வறட்டு இருமலே ஆட்கொண்டு விடும். பலருக்கு இருமி இருமி தொண்டையில் புண்ணே உண்டாகிவிடும்.

வறட்டு இருமலுக்கான காரணங்கள் என்ன ?

சளி, காய்ச்சல், தடுமல், மூக்கடைப்பு இருக்கும்போது வரும் இருமலை காட்டிலும் இந்த வறட்டு இருமல் வருவது தனியாக இருக்கும். வைரஸ் காய்ச்சல் வந்த பிறகும் இந்த இருமல் வரலாம். ஆஸ்த்துமாவால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கும் வறட்டு இருமல் வருவதற்கான வாய்ப்புகள் உண்டு. குரலில் அழற்சி வீக்கம் போன்ற நோய்கள் இருந்தாலும் நுரையீரலில் குறைபாடு இருந்தாலும் வறட்டு இருமல் வரக்கூடும்.

நாசியழற்சியால் ஏற்படும் ஒவ்வாமை, சளிக்காய்ச்சல், தூசி, சிலருக்கு மருத்துவ பக்க விளைவுகளால் ஏற்படும் வாய்ப்புக்கள் அதிகம். வெகு அரிதாக உடலில் நுரையீரல் உறுப்பு பாதிப்பு இருந்தாலும், நுரையீரலில் இரத்த உறைவு இருந்தாலும் இவை உண்டாக கூடும்.

இதனால் பாதிப்புக்கள் ஏதும் உண்டா ?

வறட்டு இருமலின் ஆரம்ப நிலையே உபாதையை உண்டாக்கிவிடும். இதை கவனிக்காமல் விட்டால் அவை தொண்டையில் புண்ணையும், வலியையும் உண்டாக்கும். தொடர் இருமலால் நோயெதிர்ப்பு மண்டலத்தில் பிரச்சனையை உண்டாக்கிவிடும்.

பொதுவான இருமல்களுக்குக் காரணங்கள் என்ன ?

சாதாரண தடிமல் போன்ற ஒரு வைரஸால் ஏற்படும் சுவாசத்திற்குரிய தொற்று நோயே இருமலுக்கான மிகப் பொதுவான காரணமாகும். இது மூக்கிலும் தொண்டையிலும் சளித்தேக்கத்தை உண்டுபண்ணலாம். மூக்கில் சளித்தேக்கம் இருக்கும்போது சளி மூக்கிலிருந்து தொண்டைக்குள் விழலாம். இது தன்னிச்சையான இருமலை ஏற்படுத்தலாம். சளி நுரையீரலுக்குள் செல்வதை இருமல் தடை செய்கின்றது.

மேலும் இதற்கு பொதுவான காரணிகளும் உள்ளது. உதாரணமாக, பக்டீரியாத் தொற்றுகள், எரிச்சலூட்டும் வாயுக்கள் மற்றும் ஒவ்வாமை, அளவுக்கதிகமான தூசுகள், புகையிலைப்பாவனை, ஆஸ்த்துமா மற்றும் வைரஸ் நோய்கள் போன்றவற்றால் ஏற்படுகின்றது.

சிறு பிள்ளைகளுக்கு காதுத்தொற்று நோய்கள், சளி மற்றும் நுரையீரல் (நிமோனியா) போன்றவைகளால் இருமல் ஏற்படக் காரணமாகலாம். குறிப்பாக, புகை பிடிக்கும் குடும்ப அங்கத்தினருடன் தொடர்பு கொள்ளும் பிள்ளைகளில் இருமல் இருப்பது சாதாரணமானது.

உடலுக்கு இருமல் தேவைப்படும்போது அதைச் செயற்படுத்துவதற்கு அதை ஏற்றுக்கொள்ளும் ரெசெப்டர்ஸ் அல்லது சமிக்ஞைகள் உங்கள் நரம்புத் தொகுதியில் இருக்கின்றது. ஒரு வைரஸ் தொற்றுநோய் ஏற்பட்ட பின்னர், அதை ஏற்றுக்கொள்ளும் ரெசெப்டர்ஸ் தொடர்ந்திருக்கும் மற்றும் உணர்ச்சியுடையதாயிருக்கும். இது ஒரு நீடித்த இருமலை ஏற்படுத்தும்.

புகைத்தல் – நீண்டகால இருமலுக்கு புகைபிடித்தல் அல்லது எப்போதும் தீவிரமாக புகைபிடித்தல் ஒரு முக்கிய ஆபத்துக் காரணியாக இருக்கின்றது. சிகரெட் விஷத்தை நேரடியாக உள்ளிழுப்பது அல்லது இரண்டாவது புகைபிடித்தல் (காற்றில் சிகரெட் விஷத்தை உள்ளிழுப்பது) காரணமாக இது ஏற்படுகின்றது.

ஒவ்வாமை – ஒவ்வாமை உள்ளவர்களுக்கு சில ஒவ்வாமை தூண்டுதல்களுக்கு ஆளாகும்போது இருமல் ஏற்படும் அபாயம் அதிகம்.

சுற்றுச்சூழல் – சில பணியிடங்களில் காற்றில் எரிச்சல் ஏற்படலாம், அவை உள்ளிழுத்து இருமலை ஏற்படுத்தும். அதிக மாசுபடும் பகுதிகள் அல்லது

சமைக்க அல்லது சூடாக்க கரியைப் பயன்படுத்துவதும் இருமல் அபாயத்தை அதிகரிக்கும்.

நாள்பட்ட நுரையீரல் நோய் – ஆஸ்த்துமா, மூச்சுக்குழாய் அழற்சி (காற்றுப் பாதைகளை அகலப்படுத்துதல்), நுரையீரல் தொற்று உள்ளவர்களுக்கும் அதிக ஆபத்துள்ளது.

பெண் – பெண்களுக்கு அதிக உணர்திறன் கொண்ட இருமல் நிர்பந்தம் உள்ளது, இது நாள்பட்ட இருமல் அபாயத்தை அதிகரிக்கும்.

இதன் அறிகுறிகள் என்ன ?

இருமல் ஒரு பொதுவான அறிகுறியாகும். அநேகமான இருமல்கள் பொதுவான தடிமலினால்தான் ஏற்படுகின்றன. அவற்றிற்கு சிகிச்சை தேவையில்லை. ஆறு வயதுக்குட்பட்ட பிள்ளைகளுக்கும் இருமல் மற்றும் தடிமல் ஏற்படுகின்றது. அதற்கு மருந்துகள் பரிந்துரைக்கப்படுவதில்லை. இருமலோடு சேர்ந்து வரக்கூடிய சில அறிகுறிகள், காய்ச்சல், சுவாசிக்கும்போது சத்தம் ஏற்படுதல், உணவு உண்பதில் குறைவு அல்லது வேகமாக சுவாசித்தல், சத்தமாக சுவாசித்தல் (மூச்சு வாங்குதல்) அல்லது காய்ச்சலுடன் சேர்ந்த இருமல் போன்ற அறிகுறிகள் இருக்கும்.

இருமல் இருக்கின்ற குழந்தைகளுக்கு தாய்ப்பால் கொடுக்கலாமா ?

இருமல் காரணமாக தாய்ப்பால் கொடுப்பதை ஒருபோதும் நிறுத்திவிட வேண்டாம். உணவிலிருந்து தாய்ப்பால் நீக்கப்படத் தேவையில்லை. அது சளியை உருவாக்குவதோ அதிகரிக்கச்செய்வதோ இல்லை. இருமல் இருக்கும்போது ஒரு பிள்ளை உண்ணக்கூடிய உணவு வகைகளுக்கோ அல்லது நீராகாரங்களுக்கோ எந்தக் கட்டுப்பாடும் இல்லை என்பதை தாய்மார்கள் உணரவேண்டும். குறிப்பாக, நீராகாரங்களை பிள்ளைகளுக்கு கொடுப்பதனால் அது பிள்ளைகளின் உற்சாகத்தை ஏற்படுத்த உதவியாக இருக்கும். இருமிய பின் பிள்ளை வாந்தியெடுத்தால், அடிக்கடி சிறியளவில் நீராகாரத்தைக் கொடுத்து உற்சாகப்படுத்த வேண்டும்.

விஷேடமாக கக்குவான் இருமலைப்பற்றி குறிப்பிட்டாக வேண்டும். அதாவது, நுரையீரலில் ஏற்படும் கடுமையான நுண்ணுயிர் தொற்று நோயே கக்குவான் இருமல் ஆகும். அடக்கமுடியாத கடுமையான இருமலால் இது உண்டாகின்றது. பலமுறை தொடர்ந்து இருமும்போது இழுத்து மூச்சுவிட நேர்வதால் இழுப்பொலி உண்டாகிறது. இது பெரும்பாலும் பிறந்த மற்றும் இளம் பிள்ளைகளைத் தாக்குகின்றது. குறிப்பாக ஒரு வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகளுக்கு இது ஆபத்தானதாகவும் இருக்கின்றது.

கக்குவான் இருமலின் முக்கிய அறிகுறிகளாக திடீர் அடக்கமுடியாத இருமல், மூச்சிழுப்போசை, இருமலுக்குப்பின் வாந்தி, மூக்கொழுகுதல் அல்லது மூக்கடைப்பு, தும்மல், கண்களில் நீரொழுகுதல், உலர்ந்த, உறுத்தும் இருமல், தொண்டைவலி, உடல்சூடு அதிகரித்தல் போன்ற அறிகுறிகள் காணப்படும்.

மூன்று வாரத்துக்கு மேல் கக்குவான் இருமல் கண்டறியப்பட்டால் நுண்ணுயிர்க்கொல்லி மருந்துகளை எடுத்தல், கூடுதலான ஓய்வு எடுத்தல், நீர்ச்சத்து குறைவதைத் தடுக்க கூடுதலான நீராகாரம் எடுத்தல், இருமும்போது வெளிப்படும் அதிகப்படியான சளியையும், வாந்தியையும் உடனுக்குடன் அகற்றல் வேண்டும். இவ்வாறு செய்வதனால் மூச்சுத் திணறல் போன்ற சிக்கல் நிலை ஏற்படாமல் இருக்கும்.

மருத்துவ உதவியை எப்போது நாடவேண்டும் ?

இருமல் மற்றும் சிறிய சத்தத்துடன் சுவாசித்தல், காய்ச்சலுடன் நீடித்திருக்கும் இருமல், இருமலின் காரணமாக உணவு உட்கொள்ள முடியவில்லை அல்லது இருமலினால் அடிக்கடி வாந்தியெடுத்தல், குரைக்கும் இருமல் மற்றும் சுவாசிக்கும்போது சத்தம் வெளிவருதல், குளிர் காற்று, உதடுகள் அல்லது தோல் நீலமாகுதல், இருமலின் காரணமாக சுவாசிக்க சிரமப்படுதல், விடாமல் இருமுதல், உணவு அல்லது வேறொரு துணிக்கையால் மூச்சுக் குழாயடைப்பு போன்ற நிலைமைகளில் இருந்தால் மருத்துவ உதவியை நாடவேண்டும்.

இது தொடர்பில் நீங்கள் கூறும் அறிவுரைகள் என்ன ?

வறட்டு இருமல் வைரஸ் தொற்றால் உண்டாகும்போது அது தானாகவே சரியாகிவிடக்கூடும். விரைவாக இல்லையென்றாலும் ஓரிரு வாரங்களில் அவை சரியாகக்கூடும். அதேநேரம் நாள்பட்ட இருமல் தொடர்ந்து இருந்தால் தவிர்க்காமல் வைத்தியரை அணுகுவதன் மூலம் அதன் மூலமாக ஏற்படக்கூடிய தொண்டைப் பாதிப்புக்கள் தீவிரமாகாமல் பார்த்துக்கொள்ளலாம்.

இலங்கை நம் சொத்து

இலங்கை ஒரு முத்து
அதுவே எங்கள் அழியாச் சொத்து...

இயற்கை எழில் கொஞ்சும் நாடு
பல இனங்கள் வாழும் அழகிய தாய்
நாடு..

சிறுபான்மையினரை தாக்கும் இனவாத
திட்டம் அதுவே இங்கு உருவானது
புதிய சதி திட்டம்...

வெளிநாடு உள்ளங்களை கவரும்
பசுமை பூமி இது வெளிநாட்டுக்கு
சொந்தமாகி விடுமா எம் தாய் பூமி
இது....

பஞ்சங்கள் ஏற்பட்டது இல்லை
பஞ்சவர்ண பூமியில்....
விலைவாசிகளின் ஏற்றத்தால்
பஞ்சங்களும் எட்டிப் பார்த்திடுமோ நம்
பஞ்ச வர்ண பூமியில்...

நீதி பேசிடும் உள்ளங்களுக்கு இல்லை
இங்கு நீதி
அநியாயங்கள் உருவானது தான்
இங்கு முதலில் தலைப்புச் செய்தி....

குரல் கொடுக்கும் குரல்கள் முடங்கிப்
போகின இங்கே ....சிறை பிடிக்க பல
காரணங்கள் தேடிப் பார்த்தன இங்கே....

சுதந்திர நாட்டில் சுதந்திரமாக வாழ
சுதந்திரம் இல்லை நமக்கு.....

ஜனநாயக நாட்டில் ஜனநாயகத்துக்கு
துளியும் இடம் இல்ல எமக்கு....

தாயை விற்கும் கயவர்கள் கூட்டம்
நாட்டை ஆழ்வதில் என்ன
நியாயம்... ? ? ? ?

நீதி எங்கே ? ? ?
நியாயம் எங்கே ? ? ? ?
எம் தாய் நாடு போவது தான்
எங்கே ? ? ? ?

பாத்திமா அஸ்மியா நிசாம்தீன்.
ஹுனுப்பிடிய வத்தளை.

தீப்பற்றிய நெஞ்சங்களின் நீங்காத கிளியாய்..!

சஹாமா லாபிர்
காத்தான்குடி

இருபது நாள் சிசு தொடக்கம் இருநூறு பேர்கள்
வரை சாம்பலாக்கிய பின்னே விடியலாய்
ஜொலித்த நீதிப்பூமியே...!

ஒவ்வொரு உடல்களுக்கும் ஏங்கி
ஆயிரங்களுக்கு மேல் மேடை போட்டு சத்தமே
இல்லாமல் அடக்கம் செய்யும்
மானசீகபூமியே...!

கபன் துண்டு முதல் மட்டைத்தாள் வரை
உணர்வுகளோடு கலந்து சிக்கித்தவித்த
போராட்டங்களுக்கு இறுதியில் கிடைத்த
விளைநில பூமியே...!

பல கதறல்களுக்கும் வெள்ளைத்துணி
துண்டுகளுக்கும் பிரியாவிடை வழங்கிய
நினைவுப்பூமியே...!

எவ்வித அசைவுமின்றி யாவுமற்ற
கோரிக்கைகளுமின்றி சம்மதம் கொடுத்து
சரித்திரம் படைத்த அஹிம்சை பூமியே...!

ஆறாத காயங்களுக்கு ஆற்ற வைத்த
தளமாய் உள்ளங்களுக்கே
ஓய்வு கொடுத்து அபிலாஷைகளை
நிறைவேற்றித்தந்த பூமியே...!

அற்பமான உலகில் யாவும் சமனே என
யாவருக்கும் விடுதலை கிடைத்த
பொக்கிஷ பூமியே...!

ஒவ்வொரு நெஞ்சங்களிலும் “மஜ்மா”
எனும் பெரும் பூமி ஆத்மார்த்தமாய் மரணம்
வரை உலகம் நிறைவுரும் தினம் வரை
வாழ்ந்து கொண்டுதான் இருக்கும்...!

நான் கண்ட கதாநாயகர்கள்

வாழ்க்கை எனும் நெடும் பயணத்தில்
ஆயிரம் ஆயிரம் கனவுகள் எல்லோர்க்கும்
ஏழை பணக்கார வர்க்கம் பார்த்து
கனவுகள் ஒருபோதும் வருவதில்லை

வறுமையின் குடும்பத்தில் பிறந்த கனவு
தானாக பறக்கும் கைவிடப்பட்ட பட்டமாய்
இளமையில் கனவு தப்பேயில்லை
இருந்தாலும் கூட பெறுமதியில்லை

பல பேரின் கனவுகள் இன்று
மறைந்து போகிறது பகல் கனவாக
தாயின் தந்தையின் நோயை எண்ணி
அக்கா தங்கையின் எதிர்காலம் எண்ணி
தம்பி, தங்கையின் படிப்பை எண்ணி

தன் கனவுகளை காவலாக வைத்துவிட்டு
புறப்படுகின்றனர் குடும்ப சுமைகளுக்காய்
கனவுகள் மனதோரம் வடுவாய் இருக்க
குடும்பத்தின் சூழ்நிலை கண்முன்னே
தோன்ற புறப்படுகின்றனர் புயலாக

இந்த மாதம் அடுத்த மாதம்
என்றெண்ணி குடும்பத்தின் வறுமைக்காய்
தந்தை வாங்கிய கடன்களை தீர்க்க
தினமும் கடனடைக்க மனதோடு போராடும்
ஆயிரம் இளம் அணுக்கள் இப்பூமியிலே

பிடிக்காத வேலை என்றாலுமே—விட்டு ஓட
முடியாத நிலையில் தினமும்
மேலதிகாரிகளிடம் பேச்சு வாங்கி
அடிமனதில் அனைத்தையும் தாங்கி வாழும்
சகிப்பின் சிகரங்களே!

விடுமுறை நாளை அறையின் ஓரத்தில்
விரல்விட்டு எண்ணி எண்ணி
விடுமுறையின் வருகைக்காக காத்திருந்து
சொந்த ஊர் செல்ல சிறகடித்து பறக்கும்
பறவைகளே

தன்னம்பிக்கையை துடுப்பாய் கொண்டு
துணிச்சலை தனி திமிராய் கொண்டு
சுனாமியே வந்தாலும் எதிர் நீச்சல் அடித்து
முன்னேறிக் கொண்டிருக்கும் நீங்கள்தான்
அகிலமே தலையில் தூக்கி வைத்து
கொண்டாட வேண்டிய வெற்றி
கதாநாயகன்கள்!

உதயகுமார் ரதிகலா
இறத்தோட்டை, மாத்தளை
யாழ் பல்கலைகழகம்

அனைத்து பதிப்புகளும் டிஜிட்டல் தொழில்நுட்பத்தில் உங்கள் கைகளில்...

துணிந்தெழு

வரலாறு படைக்க இருக்கும் வைர நெஞ்சங்கள்

இணையதளத்திற்கு பிரவேசியுங்கள்

www.skymediasl.com

@skytamil.lk

skytamil.lk@gmail.com

துணிந்தெழு இதழில் உங்கள் விளம்பரங்களைப் பிரசுரிக்க

தொடர்புகளுக்கு

077 639 11 88

077 247 1464

9 772792 102002