ISSN 2792-1026

துணிந்தெழு

வரலாறு படைக்க இருக்கும் வைர நெஞ்சங்கள்

Sky Tamil Media Network (Pvt)Ltd
பதிவு இல: PV 00249082

+94776391188 www.skytamilmedia.com skytamil.lk@gmail.com

மாதந்தோறும் இதழ் - 20 17 பெப்ரவரி 2022 @skytamil.lk

துணிந்தெழு சஞ்சிகையின் முதலாவது அகவையையொட்டிய நிகழ்வு 2022

இளம் டிஜிட்டல் ஓவியர் மிப்ராஸ் முஸம்மில்

பாஹிரா ஜுனைதீன் எனும் இளம் ஆளுமை

இலங்கையின் குருநாகல் மண்ணில் பல்துறை ஆளுமை பஸ்னா பாரூக்

மனிதாபிமான செயற்பாடுகளால் மக்கள் மனதை வென்ற கம்பளை

ரஸ்னி ராஸிக்

அவர்களுடனான நேர்காணல்

உள்ளே

துணிந்தெழு சஞ்சிகையின் முதலாவது அகவையையொட்டிய நிகழ்வு 2022

04 பக்கம்

06 பக்கம்

இளம் டிஜிட்டல் ஓவியர் மிப்ராஸ் முஸம்மில்

இலங்கையின் குருநாகல் மண்ணில் பல்துறை ஆளுமை பஸ்னா பாரூக்

14 பக்கம்

51 பக்கம்

பாஹிரா ஜுனைதீன் எனும் இளம் ஆளுமை

மனிதாபிமான செயற்பாடுகளால் மக்கள் மனதை வென்ற கம்பளை ரஸ்னி ராஸிக் அவர்களுடனான நேர்காணல்

54 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 ஜூனைடீன் - ஊடகவியலாளர்
முஹம்மட் ஹாசில் - ஊடகவியலாளர்
ஷஹ்னா ஸப்வான்
பஹ்ரியா பாயிஸ்

ஆசிரியர் குழு :

ஆதம்பாவா முஹம்மது சாஜித்
எம்.பஹ்த் ஜூனைட் - ஊடகவியலாளர்
ஜவ்சன் அஹமட் - ஊடகவியலாளர்
கமறுன் நிஸாம்டீன்
ஷகீனா ஷாகிர்
தி.தர்சினி
அகீப் நஸூர் - Graphic Designer
எம்.ஜ.எம். முபீத்
மஜினா உமறு லெவ்வை
பாத்திமா பின்த் சம்சுதீன்

ஆலோசகர்கள் :

கலாபூஷணம் நூருல் அயின் நஜ்முல்
கவிஞர் நஜ்முல் ஹூசைன்
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.skytamilmedia.com

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

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

Scan QR Code

துணிந்தெழு
வரலாறு படைக்க இருக்கும் வைர நெஞ்சங்கள்
@skytamil.lk
மாதந்தோறும் | இதழ் - 20 | 17 பெப்ரவரி 2022

துணிந்தெழு சஞ்சிகையின் முதலாவது அகவையையொட்டிய நிகழ்வு 2022

2022 ஆம் ஆண்டு பெப்ரவரி 02 ஆம் திகதியன்று வெற்றிகரமான முறையில் துணிவுடன் பயணித்துக் கொண்டிருக்கும் துணிந்தெழு சஞ்சிகையின் முதலாவது அகவையையொட்டிய நிகழ்வை சிறப்பிக்கும் முகமாக ஸ்கை தமிழ் ஊடக வலையமைப்பின் ஏற்பாட்டில் நிகழ்நிலை வாயிலான சிறப்பு மிகு நிகழ்வொன்று ஏற்பாடு செய்யப்பட்டு நடைபெற்றது.

இந் நிகழ்வை புத்தளம் மாவட்ட ஸ்கை தமிழ் மற்றும் துணிந்தெழு சஞ்சிகைக்கான ஒருங்கிணைப்பாளர் ஹசீமா பானு முழுமையாக பொறுப்பேற்றது மட்டுமல்லாது, நிகழ்வு முடிவுறும் வகையில் சிறப்பான திட்டமிடலுக்கு ஊடாக அனைத்தையும் அழகான முறையில் செயற்படுத்தியிருந்தார்.

அதே போல நிகழ்ச்சியினை தன் இனிமையான குரலின் மூலம் குருநாகல் மாவட்ட துணிந்தெழு சஞ்சிகைக்கான ஒருங்கிணைப்பாளர் பாத்திமா சபா அவர்கள் சிறப்பான தொனியுடன் தொகுத்து வழங்கியிருந்தார்.

நிகழ்ச்சியின் முதல் அம்சமாக கிராத் ஓதும் நிகழ்வு நடைபெற்றது. அதனை துணிந்தெழு சஞ்சிகைக்கான அனுராதபுர மாவட்ட ஒருங்கிணைப்பாளர் அஸீர் அஸ்ரா பானு வழங்கியதோடு, தமிழ் நெஞ்சங்கள் சார்பாக நிகழ்ச்சிகளை ஆரம்பிக்கும் முகமாக தேவாரத்தை இரத்தினபுரி மாவட்ட துணிந்தெழு சஞ்சிகைக்கான ஒருங்கிணைப்பாளரான சத்திய மூர்த்தி லக்மிலா இசைத்திருந்தார்.

அதன் பின்னர் வரவேற்புரை நிகழ்வு இடம் பெற்றது. அதனை நுவரெலியா மாவட்ட துணிந்தெழு சஞ்சிகைக்கான ஒருங்கிணைப்பாளர் ஸம்ரீயா அஸீர் அவர்கள் சிறப்பான முறையில் நடாத்திச் சென்றார்கள்.

துணிந்தெழு சஞ்சிகைக்கான அறிமுகவுரை நிகழ்ச்சியினை மட்டக்களப்பு மாவட்ட ஒருங்கிணைப்பாளர் என்.எம்.முகம்மது மர்சூக் மற்றும் கம்பஹா மாவட்ட ஒருங்கிணைப்பாளரான ஸஹ்பியா நஸார், ஊடகவியலாளர் எம்.எப்.எப் ஷிம்ரா. புத்தள மாவட்ட ஒருங்கிணைப்பாளரான எச்.ஏ ஹஸிமா பானு இன்னும் மட்டக்களப்பு மாவட்ட ஒருங்கிணைப்பாளரான என்.எப். அவ்ஸபா, கொழும்பு மாவட்ட ஒருங்கிணைப்பாளரான

எம்.ஏ.எப் முபஸ்ஸிரா ஆகியோர் தெளிவான முறையில் வழங்கிச் சென்றதுடன்,

தலைமை உரையினை ஸ்கை தமிழ் ஊடக வலையமைப்பின் முகாமையாளரான றொசான் முஹம்மத் அவர்கள் உரையாற்றிச் சென்றார்கள்.

அடுத்ததாக கொழும்பு பல்கலைக்கழகத்தை சேர்ந்த முதலாம் வருட மாணவி பாத்திமா நப்ஃஸாவால் கற்றபடி நட என்ற தலைப்பில் கவியும் வழங்கப்பட்டது. பின்னர் சகோதரி பஹ்மின் அவரின் மூலமும் அழகிய கவியொன்று மொழியப்பட்டது. அடுத்து விஷேட உரை இடம் பெற்றது. அதனை துணிந்தெழு சஞ்சிகை ஆசிரியர் குழு உறுப்பினரான ஊடகவியலாளர் எம்.பஹ்த் ஜுனைட் உரையாற்றியிருந்தார்.

பின்னர் சகோதரி ஷபியா முஸம்மில் அவர்களால் அழகிய பாடலொன்று இசைக்கப்பட்டதுடன், சகோதரி ஹஸ்னா அவர்களால் சிறப்புக் கவியொன்று பாடப்பட்டது. அத்துடன் மற்றுமொரு விஷேட உரை நிகழ்வு இடம் பெற்றது அதனை துணிந்தெழு சஞ்சிகை இணையாசிரியர் நுஸைலா பதுர்தீன் சிறப்பாக உரையாற்றியிருந்ததுடன், ஸ்கை தமிழ் உறுப்பினர் உரையினை ஸ்கை தமிழ் கத்தார் முகாமையாளர் அஸ்வர் ரிஸ்வி அவர்கள் உரையாற்றிருந்தமை குறிப்பிடத்தக்கது.

பின்னர் சகோதரி ஷிஹானா நௌபர் அவர்களால் கவியொன்று கூறப்பட்டது. அதன் பின்னர் கௌரவ அதிதி உரை இடம் பெற்றது. கௌரவ அதிதியான ஆசிரியரும் எழுத்தாளருமான இன்ஷிரா இக்பால் அவர்கள் சிறப்பாக உரையாற்றியிருந்தார்கள்.

அதனையடுத்து, ஜனாதிபதி ஊடக விருது விழாவில் சிறந்த கல்வி நிகழ்ச்சிக்கான விருது வென்ற ஊவா சமூக வானொலியின் சிரேஷ்ட ஒலிபரப்பாளர் பாத்திமா றிஸ்வானா அவர்கள் விஷேட உரையொன்றினை ஆற்றியிருந்தார்கள்.

மேலும் இந் நிகழ்வினை சிறப்பிக்கும் முகமாக றினூஸா நௌஸாட் - Director CGC talkshop | TV Producer & Anchor | Motivational Speaker அவர்களும் கலந்து கொண்டு சிறப்பான கருத்துக்களை முன்வைத்திருந்தார்.

பின்பு பிரதம அதிதியின் உரை இடம் பெற்றது. பிரதம அதிதியான சிரேஷ்ட ஊடகவியலாளரும், முன்னாள் அரசாங்க தகவல் திணைக்கள அதிகாரியுமான, கலாபூசணம் நூருல் அயின் நஜ்முல் ஹுசைன் அவர்கள் கலந்து கொண்டு பிரதம அதிதி உரையினை சிறப்பாக ஆற்றியிருந்தார்கள். இந் நிகழ்வில் கவிஞர் நஜ்முல் ஹுசைன் அவர்களும் கலந்து கொண்டமை மகிழ்விற்குரியது.

அடுத்து சகோதரி எஸ்.சஹ்னாஸ் மற்றும் எம்.எப்.எப் சபா ஆகியோரின் கவிதைகள் இடம் பெற்றன. அதனையடுத்து நன்றியுரை தெரிவிக்கும் நிகழ்வு இடம் பெற்றது. இதனை எச்.ஏ ஹஸீமா அவர்கள் நடாத்தி வைத்தார்கள்.

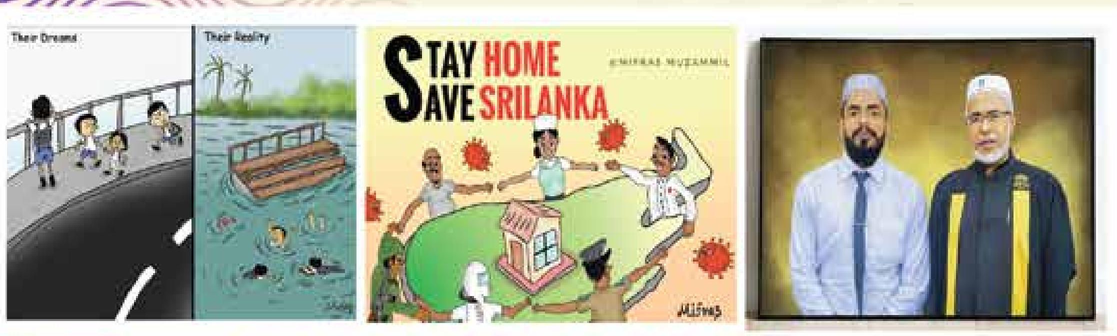
இறுதியாக பாதிமா சுமையா அவர்களால் தஸ்பீஹ் மொழியப்பட்டு இனிதே இந் நிகழ்வு முடிவுற்றது. இந் நிகழ்வுகள் அனைத்தையும் சிறப்பான முறையில் ஒழுங்குபடுத்தி நெறியாள்கையை தனித்துவமான முறையில் திட்டமிட்டு வழிநடாத்தியிருந்தார் துணிந்தெழு சஞ்சிகை மற்றும் ஸ்கைதமிழ் ஊடகவலையமைப்பின் பணிப்பாளர் ஜே.எம் பாஸித் அவர்கள், அவர்களுக்கு விஷேட நன்றிகளை தெரிவித்துக் கொள்கிறோம்.

அத்துடன் ஸ்கை தமிழ் மற்றும் துணிந்தெழு சஞ்சிகையின் மூலம், துணிந்தெழு முதலாம் வருடத்தின் பூர்த்தியை முன்னிட்டு நடாத்தபட்ட இந் நிகழ்வினில் கலந்து சிறப்பித்த அனைத்து அதிதிகளுக்கும்,மற்றும் இந் நிகழ்விற்கு பூரண ஒத்துழைப்புக்களை வழங்கிய அனைவருக்கும் மனமார்ந்த நன்றிகளை தெரிவித்துக் கொள்வதுடன் இறைவன் உங்கள் எல்லோருடைய வாழ்விலும் அருள் புரிய வேண்டுமென பிராத்தித்துக் கொள்கிறோம்.

முனீரா வாஹித்

இளம் டிஜிட்டல் ஓவியர்

மிப்ராஸ் முஸம்மில்



எம்.பஹ்த் ஜுனைட்
துணிந்தெழு சஞ்சிகை ஆசிரியர் குழு உறுப்பினர், ஊடகவியலாளர்

உங்களைப்பற்றிய ஒரு அறிமுகத்தை எமது வாசகர்களுக்காக தாருங்கள்.

எனது பெயர் மிப்ராஸ் முஸம்மில் நான் காத்தான்குடியை பிறப்பிடமாகக் கொண்டவன் எனது தாயின் பெயர் எம்.எம். அஸ்மியா தந்தையின் பெயர் எம். எம். முஸம்மில் எனது ஆரம்ப கல்வியை மட். மம. மீரா பாலிகா தேசிய பாடசாலையிலும் இடை நிலைக் கல்வியை மட். மம. அல்ஹிரா மகா வித்தியாலயத்திலும் கற்று உயர்கல்வியை ஜாமியா நளீமியாவில் கற்றேன் தற்போது இலங்கை திறந்த பல்கலைக்கழகத்தில் BA in Social Science செய்து கொண்டிருக்கிறேன்.

உங்களது டிஜிட்டல் ஆர்ட் மற்றும் கருத்து ஓவியம் வரைதல் பற்றிய அறிமுகத்துடன் இத்துறையில் உங்கள் ஆரம்ப நுழைவு பற்றி கூறுங்கள்.

சிறுவயது முதலே ஓவியம் வரைவதில் ஆர்வம் கொண்டு இருந்ததால் பாடசாலைக் காலங்களில் பல ஓவியப் போட்டிகளில் கலந்துகொண்டு பரிசுகளையும் சான்றிதழ்களையும் பெற்றுள்ளேன். கல்விப் பொதுத் தராதர சாதாரண தரப் பரீட்சையின் பின்னர் ஓவியத்துறை தொடர்பில் ஆர்வம் அதிகரித்ததன் காரணமாக அத்துறையில் ஆர்வத்தோடு ஈடுபட வாய்ப்புக்கிடைத்தது.

கல்விப் பொதுத்தராதர உயர் தரம் கற்கும் காலத்தில் டிஜிடல் ஓவியம் தொடர்பான அறிமுகம் கிடைத்தாலும் டிஜிடல் ஓவியம் வரைவதற்கான சாதனங்கள் இல்லாததன் காரணமாக ஆரம்பத்தில் இத்துறையில் கடும் சிரமங்களை எதிர்கொள்ள நேரிட்டது.

இருந்தும் விடா தொடர் முயற்சியின் காரணமாக யூடியுப் மூலம் அதனை கற்று கையடக்கத் தொலைபேசியின் ஊடாக டிஜிடல் ஓவியம் வரைவதற்கான பயிற்சிகளை மேற்கொண்டேன். அதே கால கட்டத்தில் பத்திரிகை வாசிப்பில் காட்டிய ஈடுபாட்டின் காரணமாக தினசரி பத்திரிகைகளில் மூலமாக கார்ட்டூன் தொடர்பான அறிமுகம்

கிடைத்தது.

அதனோடு இணைந்ததாக கார்ட்டூனிஸ்ட் தொடர்பான அறிமுகமும், கார்ட்டூனை புத்தாக்க சிந்தனையுடன் எவ்வாறு அவர்கள் வரைவார்கள், கார்ட்டூன் வரைவதற்கான உத்திகள் யாவை தினந்தோறும் இடம்பெறும் பேசுபொருளான தலைப்புகளை எவ்வாறு கார்டூனாக மாற்றுகிறார்கள் போன்ற விடயங்களில் தெளிவுகளை பெறக்கூடியதாக இருந்தது.

உயர் கல்வி கற்ற நளீமிய்யாவின் வெளிக்கல பிரிவினால் ஒழுங்கு செய்யப்பட்ட கார்ட்டூன் போட்டி நிகழ்ச்சிகளுக்கு தயாராகும் சந்தர்ப்பங்களிலும் மாணவர்களின் எழுத்துத் துறையினை வளர்ப்பதற்காக வேண்டி ஏற்பாடு செய்திருந்த சுவர்ப்பத்திரிகையிலும் ஒவ்வொரு வாரமும் கார்ட்டூன்களை வரைவதற்கான சந்தர்ப்பங்கள் அமைந்ததோடு இது தொடர்பான மேலதிக அனுபவம் கிடைத்தது.

அதனை தொடர்ந்து தினசரி வரும் விடிவெள்ளி பத்திரிகைக்கு கார்ட்டூன்கள் வரைந்து அனுப்புவதற்கான ஆர்வம் ஏற்பட்டது. சுமார் இரண்டு வருடங்களாக பத்திரிகைக்கு இடைக்கிடையே காட்டூன்கள் அனுப்பப்பட்டு அவை பிரசுரிக்கப்பட்டும் வந்தன.

கொரோனா பேரிடர் காலத்தில் வரையப்பட்ட ஒரு கார்ட்டூன் சமூக வலைத்தளங்களில் அதிகம் பகிரப்பட்டு பலரது வரவேற்பை பெற்றது அது மட்டும் அல்லாது சர்வதேச ரீதியில் பிரபல்யமும் அடைந்தது.

இதனைத்தொடர்ந்து இத்துறையில் அதிக உத்வேகத்துடன் ஈடுபட காரணமாகவும் அந்தக்

கார்டூன் அமைந்தது. அதனைத் தொடர்ந்து வரையப்பட்ட ஒரு கார்ட்டூன் சமூகத்தில் நேர்மறையான மற்றும் எதிர்மறையான கருத்துக்களை பெற்று ஒரு பேசுபொருளாக மாறியது இதன் விளைவாக சமூக மட்டத்தில் காணப்படும் துறைசார் நிபுணர்களின் ஆதரவும் ஊக்கமும் இத்துறையில் தொடர்ந்தும் ஈடுபாட்டோடு செயற்பட வழி சமைத்தது.

இவ்வாறு தொடர்ந்தும் விடிவெள்ளி பத்திரிகைக்கும் Sri Lankan political Cartoon, Political Cartoon of Sri Lanka போன்ற சமூகவலைத்தள பக்கங்களுக்கு கடந்த ஒருவருடமாக கார்ட்டூன் வரைவதற்கான சந்தர்ப்பம் அமைந்ததுடன் டிஜிட்டல் ஓவியம் வரைவதற்கான அனைத்து சாதனங்களும் கிடைத்தன. அதே உத்வேகத்தோடு பல பேசும் ஓவியங்கள் வரைந்ததோடு பல சமூகங்களுடன் அவர்களின் பிரச்சனைகள் பற்றியும் பல கருத்தாடல்கள் மேற்கொண்டதோடு அவர்களின் பிரச்சினைகளை ஓவியங்களாக வரைவதற்கான வாய்ப்பும் அமைந்தது.

கார்ட்டூனைப் பொருத்தவரையில் மொழி பேதமின்றி அனைவராலும் ரசிக்க படுவதனால் தமிழ், சிங்களம், ஆங்கிலம் பேசக்கூடிய வாசகர்கள் கூட சமூக வலைத்தளங்களில் வாசகர்களாக என்னை தொடர்வதை பார்க்கக் கூடியதாக இருந்தது.

உங்களைப் போன்ற இளம் திறமையாளர்களுக்கு என்ன ஆலோசனை கூற விரும்புறீங்க..

எமது சமூகத்தைப் பொறுத்தவரையில் கலை தொடர்பான ஊக்குவிப்பு குறைந்த ஒரு நிலையே காணப்படுகின்றது. அதிலும் குறிப்பாக இளம் கலைஞர்களை ஊக்குவிப்பது மற்றும் அவர்களுக்கான சந்தர்ப்பங்களை ஏற்படுத்திக் கொடுப்பதும் அரிதாகவே காணப்படுகின்றது.

எம்மை போன்ற இளைஞர்கள் இவ்வாறு சமூகத்தில் உருவாகும் போது பல பேசப்படாத பிரச்சனைகளை சிறு வர்க்கம் முதல் உயர் மட்டம் வரை கொண்டு செல்ல ஏதுவாக அமையும் என்பதில் இரு கருத்துக்கு இடமில்லை.

கார்ட்டூனைப் பொருத்தவரையில் ஆயிரம் சொற்களை கொண்டு அமையும் ஒரு பக்க கட்டுரையை விட பல மடங்கு தாக்கத்தை ஏற்படுத்தக் கூடியது. சிறுவயது முதலே இவ்வாறான திறமைகளை அறிந்து கொள்ளும் நாம் கல்வி செயற்பாடுகளில் ஆர்வமாக செயற்படும் அதே நேரம் இவ்வாறான திறமைக்கும் குறிப்பிட்ட ஒரு நேரத்தை வழங்கி இதிலும் நாம் முன்னேறுவதற்கான முயற்சிகளை எடுக்க வேண்டும்.

இவ்வாறான முயற்சிகள் எம்மை ஒரு தளத்திலிருந்து அடுத்த தளத்திற்கு நகர்த்திச் செல்லும் என்பதில் ஐயமில்லை. எனவே கடினமான உழைப்புடன் இதற்காக ஒரு நேரத்தை கொடுத்து இன்னுமின்னும் எம்மை போன்ற இளைஞர்கள் உருவாக வேண்டும்.

இத்துறையில் மறக்க முடியாத அனுபவங்கள்..?

கடந்த இரண்டு வருடங்களாக கொரோனா தொற்றின் காரணமாக பல பல்கலைக்கழக மாணவர்கள் வீட்டிலேயே முடங்கி இருக்கவேண்டிய கற்க வேண்டிய நிர்ப்பந்தம் ஏற்பட்டது.

அது பெற்றோருக்கும் சுமையாக அமைந்தது. அந்த வேளையில் எனக்கு என்னிடம் காணப்பட்ட ஓவியத் திறமை மூலமாக ஒரு சுய தொழிலை ஆரம்பிப்பதற்கான சந்தர்ப்பமாக அமைந்தது Smudg painting / Digital oil painting என்று கூறப்படும் வாடிக்கையாளர்கள் அவர்களின் உறவினர்களுக்கு நண்பர்களுக்கு பிறந்தநாள் மற்றும் நினைவு தினங்களுக்கு பரிசு அளிப்பதற்கான ஒரு photo

frame செய்து கொடுப்பது. இந்த தொழில் முயற்சி மூலம் ஆரம்பத்தில் சிறு வருவாய் கிடைத்த போதும் தற்போது முழு நேரமாக அதனை செய்யும் அளவிற்கு அது வருவாயை ஈட்டித் தருகின்றது. எமது நேரத்தை வீணான முறையில் கழிக்காமல். இவ்வாறான புத்தாக்க முயற்சிகளிலும் ஈடுபடலாம்.

இத் துறைக்கு ஆர்வம் உள்ளவர்களுக்காக என்ன முன்னெடுப்புக்களை மேற்கொண்டுள்ளீர்கள்.

கடந்த ஒரு வருடமாக என்னிடம் பலர் நீங்கள் இளைஞர்களுக்கான இந்தத் துறை தொடர்பான அறிமுகத்தை வழங்க செயலமர்வுகள் செய்ய வேண்டும் என்று கூறிய போதிலும் அதற்கான ஏற்பாடுகளை செய்வதில் பல தடைகள் ஏற்பட்டன.

இவ்வாறான வலுவூட்டல் நிகழ்வுகளை பாடசாலை மட்டங்களில் இருக்கும் மாணவர்கள் ஊடாக அவர்களுக்கு கார்ட்டூன் துறையை அறிமுகம் செய்வதன் மூலம் பல கார்ட்டூனிஸ்ட் கலைஞர்களை உருவாக்க முடியும் என்பது எந்தவித சந்தேகமும் இல்லை எனவே வருங்காலங்களில் இவ்வாறான நிகழ்வுகளை ஏற்பாடு செய்து மாணவர்களுக்கு இந்த கார்ட்டூன் தொடர்பான விழிப்புணர்வை வழங்க உத்தேசித்துள்ளேன்..

குறிப்பாக இந்த சந்தர்பத்தில் எனது பெற்றோர்கள், ஆசிரியர் ஹைறியா, விடிவெள்ளி பத்திரிக்கை ஆசிரியர் சகோதரர் பைறூஸ் மற்றும் நளீம் ஹாஜியார் ஆகியோருக்கு நன்றிகளைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

உள்ளிருந்து ஒலிக்கும் குரல்

என்.எஸ் சாதீகா
புத்தளம் ரஸூல் நஹார்

மாதராய்ப் பிறக்கவே
மாதவம் வேண்டுமம்மா
என்றுரைத்த பாரதியே!
இன்று நீர் இருந்திருந்தால் - ஏனம்மா நீ
மாதராய்ப் பிறந்தாயென்று கேட்டிருப்பீரோ!

பள்ளி செல்லும் மழலையும்
பாடம் சொல்லும் ஆசானும்
ஊட்டி வளர்த்த அன்னையும் - இன்று
பாகுபாடில்லாமல் சிக்குகிறார்கள்
காமர்களின் கொடூர வலையில்

அப்பா, அண்ணா, மாமா என்றாலும்
சும்மா விடு தாத்தா என்றாலும்
உடலின் வேட்கை உலகை மறக்க
இங்கு சிதைந்தே போகிறது
உறவும் முறையும்

பெற்ற தந்தையையும்
உடன் பிறந்த தமையனையும்
பத்தடி தூரம்
தள்ளி நின்று பார்க்க வைத்த
மோகப் பிரியர்களே!

நீங்கள் ஆளத் துடிக்கும்
பிறப்பு மேனியில் இருந்து தான்
நீங்களும் பிறந்தீர்கள்
என்பதனை உங்கள் பசி மறக்க வைத்ததோ???

பசி வந்தால் பத்தும் பறக்கும் என்பார்களே
உங்கள் பசியில் பறப்பதோ
துள்ளித் திரியும்
பெண்மைகள் அல்லோ!

கானுங் கிழவரெலாம் காமனாகவே பிரதிபலிக்கும்
இந்த மானங் கெட்ட மனித மிருகங்கள் மத்தியில்
ஆஷிபா, தீபா, வித்யா, சபியா என்ற
வரிசையில் மட்டும் - ஏனில்லை
இன, மத பாகுபாடு???

காளி உருவெடுத்து
சுட்டுச் சரித்த பூலான் தேவிக்கே
கிடைத்திடாத நியாயம்
நசுக்கப்பட்ட இந்தப் பச்சைப் புழுக்களுக்கா
கிடைத்திடப் போகிறது???

பேச முடியவில்லை - அதனால் தான்
உளறுகிறேன் காகிதத்திடம் ....
கடவுளிடம் நன்றி சொல் காகிதமே
நீயும் பெண்ணாகப் பிறக்காததை எண்ணி

இல்லையேல் என்றோ ஓர்நாள்
உன்னையும் கசக்கி எறிந்திருப்பார்கள்
இப்பாழாய்ப் போன பூவுலகில்.....

உயிரே

கண்மணியே
உன் கண்ணின் மணிகண்டு கவலைகள்
கரைந்தோடுகின்றன

செல்லச் சிசுவே
உன் செல்ல மொழி முன் செல்வங்கள்
செயலற்றுப் போகின்றன

மரகதமே
உன் மழலை கண்டு
மகிழ்ச்சி வெள்ளம்
மடை தாண்டுகிறது

பவளமே
உன் பஞ்சுக் கைகள்
என்னைக் கொஞ்சிக் கொள்ள அழைக்கின்றன

தங்கத்தாரகையே
என் சொந்த உயிரே
உன்னை உயிராய் காப்பேனே...!!

பயாஸா பாஸில்
கஹட்டோவிட்ட

துணிந்தெழு
வரலாறு படைக்க இருக்கும் வைர நெஞ்சங்கள்
@skytamil.lk
மாதந்தோறும் | இதழ் - 20 | 17 பெப்ரவரி 2022

பிள்ளைகளை வளரவிடுவதா? அல்லது வளர்ப்பதா?

பஸ்லான் ஹாஷிம் (பன்னவ)
இலங்கை தென்கிழக்கு
பல்கலைக்கழகம்...

உலகில் பிறக்கும் ஒவ்வொரு குழந்தையும் ஆற்றல் உள்ளவர்களாகவும், நல்ல குழந்தைகளாகவுமே பிறக்கின்றார்கள். ஆனால் அவர்கள் தீயவர்களாகவும், திறமையற்றவர்களாகவும் மாறுவது பெற்றோர்களின் வளர்ப்பிலேயே தங்கியுள்ளது. இதனை இஸ்லாமும், இன்றைய உளவியலும் கூறுகின்றதைப் பார்க்கலாம்.

அந்த வகையில் உங்கள் குழந்தைகள் தனித்துவமானவர்கள், மற்றவர்கள் போன்று அவர்கள் இல்லை. எனவே மற்ற குழந்தைகள் செய்வது போன்று தன் பிள்ளைகளும் செய்ய வேண்டும் என்று பெற்றோர்கள் எதிர்ப்பார்ப்பது மடமைத்தனமான செயல் என்பதை உணர்ந்து அவர்களை தனித்துவமாக வளர்க்கவேண்டும், அதே போல் பயிற்றுவிக்கவும் வேண்டும்.

பொதுவாக ஒரு குழந்தையின் திறமைகள் பெற்றோர்களிடமிருந்து கடத்தப்படும் அதேவேளை பிள்ளைகள் சூழலுக்கு ஏற்ற முறையில் பெற்றோர்களால் பயிற்றுவிக்கப்படும் பொழுது பாரிய தாக்கம் ஏற்படும். இதனையே பெற்றோர்கள் ஆரம்பமாகச் செய்ய வேண்டும். அதிலும் முக்கியமாக பிள்ளைகளின் ஆசைகளை அறிந்து அதற்காக ஆர்வமூட்டல் அவசியமாகும்.

பெற்றோர்கள் இன்று குறிப்பிட்ட சில இலக்குகளை கண்டும், கேட்டும், பார்த்தும் ஆசைப்பட்டு அதை தங்கள் குழந்தைகளில் திணிக்கும் முயற்சியில் ஈடுபட்டுக் கொண்டிருப்பதை இன்றைய காலகட்டங்களில் காணக்கூடியதாக உள்ளது. அவ்வாறல்லாமல் தம் குழந்தைகள் சிறுபராயத்தில் இருந்தே ஏதோ ஒரு துறையில் பரீட்சயமாகவும், ஆர்வமாகவும் இருப்பார்கள். அதனை உற்றுநோக்கி உட்சாகப்படுத்துவது பெற்றோர்களின் பாரிய பொறுப்பாகும். எனவே நாம் எவ்வாறு இருந்தோம் என்பது முக்கியமில்லை நம் வருங்கால சந்ததிகளை வரமாக மாற்றுவது எமது பார்வையிலும் கண்காணிப்பிலுமே உள்ளது என்பதை பெற்றோர்கள் உணர வேண்டும்.

கலீல் ஜிப்ரான் என்ற அறிஞர், "குழந்தைகளது கனவுகளை வளர்த்துவிடுங்கள். சற்று உயர்ந்த இலட்சியத்தையுடைய கனவுகளை அவர்கள் காணட்டும். அப்போது தான் அதனை அவர்கள் பிற்காலத்தில் அடைந்து கொள்வார்கள்" என்று குறிப்பிட்டுள்ளார்.
ஆக, பிள்ளைகளின் ஆசைகளை, இலட்சியங்களை அடையாளங்கண்டு பயிற்றுவிக்கும் போது உயர் இலக்கை அடைவதில் சிரமம் ஏற்படாது என்பதை அறியலாம்.

ஆனால் இந்த இடத்தில் தான் பெற்றோர்கள் மிகப்பெரும் தவறை விடுகிறார்கள். அவர்களின் போக்கில் விட்டுவிடல், ஆசைகளைக் காதுகொடுத்து கேட்காமை, மற்ற பிள்ளைகள் போல் ஆகவேண்டும் என்று திணித்தல் போன்ற படு பயங்கரமான செயல்களை செய்யும் பெற்றோர்களை அவதானிக்கிறோம். அதேபோல் ஒரு படி முன்னேறி வரும் உங்கள் குழந்தைகளை தட்டிக்கொடுத்து, பாராட்டி, ஆர்வமூட்டவேண்டும். ஆனால் இன்று இது மிகவும் குறைந்து கொண்டு வருகிறதை காணலாம்.

உலகப்பிரசித்தி பெற்ற ஒரு கலைப் படைப்பாளியிடம் தங்களது வெற்றியின் இரகசியம் என்ன என்று கேட்ட போது, "நான் சிறுவயதில் ஈடுபடும் ஒவ்வொரு படைப்பு முயற்சியின் போதும் எனது தாய் அவளை மெச்சி, பாராட்டி உச்சி குளிர்ந்தமை தான் " என்று கூறினார்.

எனவே உங்கள் குழந்தைகளை அவர்களின் போக்கில் வளரவிடாமல் குழந்தைகளின் கனவுகளுக்கும், ஆசைகளுக்கும் ஏற்ற விதத்தில் அவர்களை நெறிப்படுத்துவது ஒவ்வொரு பெற்றோர்களினதும் கடமை என்பதை உணரவேண்டும்.

பெண்ணே!

இவள், அகதி நிலா
றஷியா பர்வின் ஸாஹுல் ஹமீட்
பொலன்னறுவை

ஹிஜாப் பற்றி உன் வரிகளை அடுக்கிக்
கொண்டிருக்கிறாய், உன் ஹிஜாபில் ஒழுக்கம்
இருக்கிறாதா ? உன் ஹிஜாபில் கண்ணியம்
இருக்கிறதா ? உன் ஹிஜாபில் ஆபாசம் தவிர்க்க
பட்டிருக்கிறதா? உன் ஹிஜாபில் கவர்ச்சி தவிர்க்கப்
பட்டிருக்கிறதா? உன் ஹிஜாபை உன் அழகை
மறைக்க அணிகிறாயா?
இல்லை உன் ஹிஜாபில் உன் அழகை
வெளிப்படுத்துகிறாயா? உன் ஹிஜாபில் அண்ணியப்
பார்வை தடுக்கப்படுகிறதா?
இல்லை அண்ணியப் பார்வை தூண்டப் படுகிறதா?
உன் ஹிஜாபில் உன் தோலிற்கும்
ஹிஜாபிற்குமிடையில் தளர்வு உள்ளதா ?
இல்லை தளர்வே இல்லையா?
உன் ஹிஜாபில் உன் கூந்தல்
உயர்த்தப்பட்டிருக்கிறதா ? இல்லை
இறக்கப்பட்டிருக்கிறதா ?
உன் ஹிஜாப் உன் மார்பை மறைத்ததா இல்லை
வெளிக்காட்டியதா ?

இப்போதாவது உன் உள்ளம் உன்னை பற்றி
அறிகிறதா? உனக்குள்ளே இந்த கேள்விகளை
உருவாக்கு உன் உள்ளம் உண்மையில் ஈமானில்
உறைந்திருந்தால் இந்த கேள்விகளுக்கு பதில்
சொல்லும் ..

பெண்ணே நீ உணரமாட்டாயா!
கண்ணியம் காக்கும் பல மூஃமீனான
பெண்மணிகளும் இருக்கத்தான் செய்கிறார்கள்
ஆனால் அதில் உன் போன்ற அறைகுறை
ஹிஜாபில் இஸ்லாம் பற்றி பேசித்திரியும்
பெண்களும் இருக்கிறார்கள் ..

பெண்ணியம் காக்க தேவையில்லை இஸ்லாத்தை
காக்கும் பெண்மணியாக நீ இருந்தால் போதும்..

பெண்ணே அறிந்து கொள் இன்று சாதிமத
பேதங்கள் உருவாகிறது ஆனால் ஹிஜாபை பற்றி
தெளிவான விளக்கங்களை அண்ணிய
மக்களிடத்தில் பரிந்துரைக்க முடியவில்லை ..
ஏனெனில் உன் போன்ற அறைகுறை ஹிஜாபில்
கண்ணியம் தெரியவில்லையாம்..
ஒழுக்கம் தெரியவில்லையாம்..
இதுதான் இஸ்லாம் தந்த வழிமுறையா? என்று பல
தரப்பட்ட கேள்விகள் வருகிறது ...

பெண்ணே நீ உணர்ந்து கொள்!
முதலில் உன்னில் மாற்றத்தை கொண்டு வா !
நீ மாறினால் உன் குடும்பம் மாறும், உன்
உறவுகள் மாறும், உன் உறவுகளின் குடும்பம்
,உன் சமூகம், சமுதாயம் என அனைத்தும் மாறும்
அப்போதுதான் இந்த ஹிஜாபும் ஊடுருவும் வேராய்
தனி மனிதன் முதல் முழு உலகம் வரை பரவிக்
கொண்டே இருக்கும் ...

உலக மாற்றத்தில் தனக்கும் பங்கு உண்டு
என்பதை ஒவ்வொரு பெண்ணும் உணர்ந்து
கொள்ள வேண்டும்..
ஹிஜாபை பற்றி பேசுவதால் மட்டும் முஸ்லிமாக
முடியாது அதனை செயலில் செய்துகாட்ட
வேண்டும், நாம்தான் முஸ்லிம் இதுதான் ஸஹாபிப்
பெண்மணிகள் கற்றுத்தந்த வாழ்க்கை முறை
என்று இந்த உலகம் முழுக்க காட்ட வேண்டும்..
பெண்ணே உன் விழிகளை திறந்து பார் இந்த
உலகம் அற்பமானதுதான் உன் பிரசவவலியை விட
..
எதிர்த்து நில்! போராடு !
தூங்கும் விழிகளை தட்டியெழுப்பிடு !
ஹிஜாபை போற்றிடு இந்த மண்ணில் படைக்கப்பட்ட
மைந்தனுக்கு....

யார் மனதும் புண்படுவதற்காக அல்ல
புண்படுத்தியிருந்தால் மன்னிப்பு வேண்டுகிறேன்..
புரிந்து கொள்ளும் உள்ளங்களுக்காக
சமர்ப்பிக்கிறேன் இந்த வரிகளை ..

இன்றைய நிலையில்
இளைஞர்களும் சமூக ஊடகங்களும்

நாளும் புதுப்புது கருத்துக்களை
தரிப்பாயே!
உலகம் விளைத்த புதுமைகளை
திணிப்பாயே!
ஊரை ஒன்று சேர்த்திடுவாயே!

உலகை சுருக்கி காட்டிடுவாயே!
காணாததைக் கண்டிட செய்திடுவாயே!
கண்டதை காணாமலும் செய்திடுவாயே!
இளைஞர்கள் மனதில் பாதைகளை
காட்டிடுவாயே!

பாடத்தையும் சரியாக புகட்டிடுவாயே!
படிப்புக்காய் வந்த சாதனம் நடிப்புக்காய்
போனதே!

தகவலாய் திகழும் நூதனம் தரம்
கெட்டுப் போனதே!
ஊடகம் நினைத்தால் புரட்சியும் புரியுமே!
ஊடகம் நினைத்தால் வறட்சியும்
ஒளிந்துகொள்ளுமே!

இளைஞர்கள் நம்பிக்கையாய்
ஊடகங்கள் மாறணுமே! கலைஞர்கள்
வெற்றிபெற கைகொடுத்து உதவணுமே!

தாஸிம் பாத்திமா ஸிஹாபா
மருதமுனை, அம்பாறை

நீ ஓடு!

ஓடு ஓடு நீ ஓடு
ஒரு வாழ்வை தேடி போராடு
வாய்ப்பு ஒன்று உண்டு
அதை நாடி நீயும் தேடு

அறிவை பெற்று வாழ
அறிந்து கொண்டு ஓடு
திட்டமிட்டு வாழ
தினமும் திட்டம் போடு

கண்கள் காணும் யாவும்
மெய்யின் ரூபம் இல்லை
மாயை கூட முன்னால்
மதியை மயக்கும் பின்னால்

ஆற்று நீரை போல
தெளிந்து ஓட பழகு
இலக்கு என்ற ஒன்றை
இமயம் போல கருது

துணிவு கொண்டு ஓடு
துணிச்சலோடு வாழு
எட்டுவைக்கும் ஓரடியும்
சிதறிடாது பாரு

முட்கள் கொண்ட பாதை
உலகம் எங்கும் உண்டு
கவனம் நீயும் கொண்டால்
காலில் காயம் ஏது

துவண்டு போகும் எண்ணம்
துளியும் இன்றி ஓடு
காயப்பட்ட போதும் கலங்கிடாது வாழு

கடினம் கடந்த பின்னே
கடந்த பாதையை
நீயும் திரும்பி பாரு
உலகமே உன்னை
உயர நோக்கும் பாரு

அகீலா ஜவுபர்
ஏத்தாளை புத்தளம்

தோல்வியை கண்டு கலங்காதே!!

நீ தோற்ற போது கை விட்டவர்கள்
நீ வென்ற போது கை கொடுப்பார்கள்.....
நீ தோற்ற போது உன்னை காலில் போடும்
செருப்புக்கும் மதிக்காதவர்கள்
நீ வென்ற போது உன்னை தலை மேல் வைத்து
கொண்டாடுவார்கள்..........

நீ தோற்ற போது உன்னை தூற்றியவர்கள்
நீ வென்ற போது புகழ் மாலை அணிய
உனக்காய் காத்திருப்பார்கள்.......

நீ தோற்ற போது உன்னால் தாங்க முடியாத
வார்த்தைகளை பரிசளித்தவர்கள்
நீ வென்ற போது மாத்திரம் தங்கம் போன்ற
வாழ்த்துக்களை குவிப்பார்கள்...........

நீ தோற்ற போதெல்லாம் உன்னை தெரியாது
என்றவர்கள் நீ வெற்றிகண்ட பின் உன்னைக்
கொண்டு அடுத்தவரிடம் தன்னையே
அறிமுகப்படுத்திக் கொள்வார்கள்....

நீ தோற்ற போது சிரித்தவர்கள்
நீ வென்ற போது அழுவார்கள்
கேட்டால் ஆனந்தக் கண்ணீர் என்பார்கள்
யாருக்கு வேண்டும் அவர்களின் ஆனந்தக்
கண்ணீர்......

நீ தோற்ற போதெல்லாம் வெற்றியைப் பற்றி
பேசியவர்கள் வெற்றியாளர்கள் கிடையாது
நீ நினைக்கிறாயா அவர்கள் பல வெற்றிகளை
சந்தித்தவர்கள் என்று
சத்தியமாய் கிடையாது.......

அவர்கள் பல வெற்றிகளை அல்ல
ஒரு வெற்றியைக் கூட எட்டிப் பார்க்காதவர்கள்
வென்றவனுக்குத் தெரியும் வெற்றியின்
இரகசியமே தோல்வியின் வலிதான்
என்று.............

வெற்றியாளன் ஒரு போதும் தோல்வியை குறை
சொல்லவும் மாட்டான்
குற்றம் பிடிக்கவும் மாட்டான்....

கதைப்பவர்கள் கதைத்துக் கொண்டுதான்
இருப்பார்கள்
நீ கலங்காமல் காற்றை எதிர்க்கும் கற்பாறையாய்
நின்று தோல்வியை வெற்றிக்கான வெளிச்சமாய்
எடுத்துக்கொண்டு
வெற்றி நடை போட்டுக் கொண்டே இரு !!

அரூஸா ஜெவாஹிர்
அநுராதபுரம் (கெகிராவை)

மின்மினிக்களால் மின்சாரம்

நடுநிசியில் தூக்கமில்லா நேரத்தில்
மின்சாரம் திடீரென
துண்டாடப் பட்டு விட்டது போலும்...

நிலவின் ஒளிக்கற்றைகள்
இரவிற்கும், இருளிற்கும்
அழகு செய்து கொண்டிருக்க..
இல்லறைகள் மட்டும்
கல்லறைகள் போல
இருளில் மூழ்கியிருக்கிறது....

எங்கோ சிறிய ஒளித்துகள் தெரிகிறது..
சட்டென்று பார்வைகள் அங்கே அலைந்து
செல்ல
மனமோ உண்மையை உணர
மறுக்கின்றது..
அது ஒரு மின்மினிப் பூச்சி என..

மின்சாரமில்லா நேரத்து
மின்மினிகள் வீட்டையே
அழகு செய்து கொண்டிருக்க..
அதிசயம் போல் உணர வைத்த நொடிகள்
ஆத்மார்த்தமாய் மறைந்து போக
மின் விளக்குகள் அணைகின்றது
காலைச் சூரியனின் வருகையோடு..

சுமையா சத்தார்
அனுராதபுரம்

இலங்கையின் குருநாகல் மண்ணில் பல்துறை ஆளுமை பஸ்னா பாரூக்

பஹ்மா ஜவ்ஸி
குருநாகல்

இலங்கையில் குருநாகல் மண்ணில் பிறந்த பல்துறை ஆளுமை பஸ்னா பாரூக் பற்றிய அறிமுகத்தை எமது துணிந்தெழு சஞ்சிகையில் அறிமுகப் படுத்துவதையிட்டு மகிழ்ச்சியடைகிறேன்.

1997ம் ஆண்டு முஹம்மத் பாரூக், ஹம்ஸியா தம்பதியினருக்கு குருநாகல் மண்ணில் பிறந்த இவர் தனது ஆரம்பக் கல்வியை சியம்பலாகஸ்கொட்டுவ, மதீனா தேசிய பாடசாலையில் கற்றதோடு, கா.பொ.த உயர் கல்வியை அனுராதபுரம் ஸாஹிரா தேசியப் பாடசாலையிலும் தொடர்ந்தார்.

ஆரம்பம் முதலே துருதுருவென விவேகமான பண்பைக் கொண்ட இவர் தனது பல்வேறுபட்ட திறமைகளை சிறு வயது முதலே வெளிக்காட்டி வந்துள்ளார். ஆரம்பத்தில் ஓவியம் வரைவதில் அதிக ஆர்வத்தைக் காட்டி இதற்கான அங்கீகாரத்தை முதன்முதலாக தெயடகிருல கண்காட்சியில் நடைபெற்ற ஓவியப் போட்டியில் தனது தாயின் உந்துதலின் மூலம் கலந்து கொண்டு சிறப்பு இடத்தைப் பெற்றுக் கொண்டார் என்பதும் குறிப்பிடத்தக்கது.

அத்தோடு தனது கல்வி வாழ்க்கையில் பல சவால்களைத் தாண்டி பல்கலைக்கழக வளாகத்தினுள் கால் பதித்த இவர் தீராத பல வேட்கைகளை தன்னுள்ளே விதைத்துக் கொண்டார். சிறுவயது முதலே சமூகம் பற்றிய சிந்தனை அவரை சமாதான நல்லிணக்கத்திற்காக அர்ப்பணிப்புடன் வேலை செய்யும் ஒரு நல்லுள்ளம் கொண்ட ஒருவராக மாற்றிவிட்டது. பல்வேறுப்பட்ட அமைப்புகளின் மூலம் தேவையுடையோருக்கு உதவி வருவதை தனது வாழ்க்கையில் அர்த்தமுள்ள ஒரு விடயமாக அவர் கருதுகிறார்.

மேலும் தமிழ், ஆங்கிலம், சிங்களம் போன்ற மும்மொழிகளிலும் தேர்ச்சி பெற்ற இவர் தேசிய ரீதியிலான பல போட்டிகளில், பல இடங்களில் கலந்து பல விருதுகளையும் பெற்றுக்கொண்டுள்ளார். கல்வி தொடர்பான விடயங்களில் மட்டுமன்றி பொதுப்பணிகளிலும் தீவிர ஆசை கொண்ட இவர் இதன் மூலம் குறுகிய காலத்தினுள்ளே சமூகத்தில் தனக்கான ஒரு தனித்துவமான இடத்தை பெற்றுக் கொண்டார். சமூகத்தின் பல தேவைகளை அறிந்து அதன்படி தன்னை

இயக்குவதில் மும்முரமாக செயற்பட்டு வருகிறார். ஒரு முஸ்லிம் பெண்ணாக இருந்து கொண்டு சமூகப் பணியில் எந்த அளவு சாதிக்க முடியும் என்ற பல கேள்விகள் அவரை நோக்கி வந்தபோதும் அவற்றையெல்லாம் முறியடித்து தன் இலக்கின் பக்கம் எப்போதும் தன்னம்பிக்கையுடன் செயற்பட்டு தற்பொழுது ஒரு சாதனைப் பெண்ணாக தன்னை நிலைநாட்டிக் கொண்டுள்ளார்.

தற்போது இவர் பல்கலைக்கழக மாணவியாகவும், தினகரன் மற்றும் தமிழில் பத்திரிகை போன்றவற்றின் சுயாதீன ஊடகவியலாளராகவும், ஒன்று கூடுவோம் இலங்கை அமைப்பின் குருநாகல் மாவட்ட ஒருங்கிணைப்பாளராகவும். தேசிய சமாதானப் பேரவை மற்றும் US Embassy Sri Lanka அதாவது American Center, Colombo, Youth forum இன் உறுப்பினராகவும், சர்வோதய அமைப்பினுடைய உறுப்பினராகவும் திகழ்கிறார். தற்போது இளைஞர் அரசியல் தலைமைத்துவப் பயிற்சியையும் தர்நோதய செயற்திட்டத்தின் மூலம் பெற்றுக் கொண்டிருப்பதோடு Asian Foundation இன் பயிற்றுவிப்பாளராகவும் செயற்பட்டு வருகிறார்.

2021 ஆம் ஆண்டு ஜுலை 31ஆம் திகதி

நடத்தப்பட்ட ஒன்று கூடுவோம் இலங்கை அமைப்பின் நெறிப்படுத்தலும் சர்வோதய, தர்நோதய வேலைத்திட்டத்தின் அனுசரணையோடு நடத்தப்பட்ட பயிற்சித் திட்டத்தில் பயிற்றுவிப்பாளராக செயற்பட்டு அதிகளவான இளைஞர் யுவதிகள் கொண்ட கழகங்களை உருவாக்கியமைக்கான Exceptional Award Leader என்ற விருதினையும் பெற்றுக் கொண்டார். இது அவரது இளமைக் காலத்தில் நிலைநாட்டப்பட்ட மிகப்பெரும் சாதனை என்று கூட சொல்லலாம்.

மேலும் ஒன்று கூடுவோம் இலங்கை அமைப்பானது அதன் பிரதான நிகழ்வுகளில்

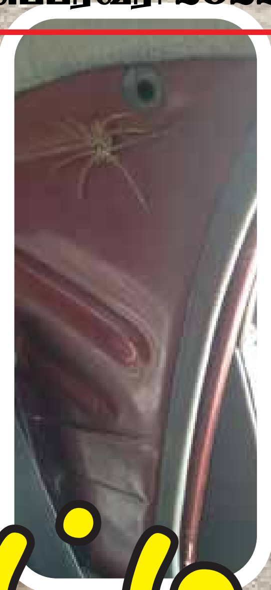
ஒருங்கிணைப்பாளர் விருது வழங்கி கௌரவிக்கப்பட்டதும் குறிப்பிடத்தக்கது.

மேலும் மேலும் இவர் தனக்கான சிறந்த அடையாளங்களை பல்வேறுபட்ட விடயங்கள் மூலம் வகுத்து அடுத்தடுத்த கட்டங்களுக்கு நகர வேண்டும் என்று இறைவனை பிரார்த்திப்பதோடு, மனம் நிறைந்து வாழ்த்துகிறேன்.

ஒன்றான 12வது இளம் தலைவர்களுக்கான மாநாடு கடந்த மாதம் 11ஆம் திகதி பண்டாரநாயக்க ஞாபகார்த்த சர்வதேச மாநாட்டு மண்டபத்தில் வெகுவிமர்சையாக நடத்தியது. இவ்வமைப்பானது 1500க்கும் மேற்பட்ட சர்வதேச அங்கத்தவர்களை பெருமையுடன் உள்வாங்கி வழிநடத்துகின்றதோடு 30,000 மேற்பட்ட அங்கத்தவர்களை பல செயற்பாடுகள் பயணத்தில் ஈர்த்துள்ளது என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

மேற்படி நிகழ்வில் 2021 ஆம் ஆண்டிற்கான விருதுகள் வழங்கி கௌரவிக்கப்பட்டது. இந்நிகழ்வின் பிரதம அதிதிகளாக கௌரவத்திற்குரிய இலங்கைக்கான பிரித்தானிய உயர்ஸ்தானிகர் சாரா ஹால்ட்டன் அம்மணி அவர்களும் இலங்கைக்கான நோர்வே உயர்ஸ்தானிகர் ட்ரீனா யொரான்லி எஸ்க்கடால் அம்மணி அவர்களும் கலந்து சிறப்பித்ததுடன் இதில் மிக சிறப்பாக செயற்பட்ட மாவட்ட ஒருங்கிணைப்பாளர்களுக்கு விருது வழங்கப்பட்டது. இதில் பஸ்னா பாரூக் அவர்களுக்கு ஆண்டுக்கான சிறந்த மாவட்ட

துணிந்தெழு
வரலாறு படைக்க இருக்கும் வைர நெஞ்சங்கள்
@skytamil.lk
மாதந்தோறும் | இதழ் - 20 | 17 பெப்ரவரி 2022



ஒரு குட்டி சிலந்தி

ரும்மான்

எனது ஆசிரிய நண்பியொருவர் விடுமுறை முடிந்து, ஊரிலிருந்து திரும்பிக் கொண்டிருந்தார். வாடகைக் காரின் பின் புறம் பொதிகளோடு, பாலர் பருவத்துக் குழந்தைகளும் குதூகலமாக வந்து கொண்டிருந்தனர். கூடவே ஒரு சிலந்தியும் அவர்களுடன் இருந்திருக்கிறது. காரின் பின் புறம் குடியிருக்கும் சிலந்தியாக இருக்கும்.

நமது குட்டீஸ் படு குஷியாகிவிட்டார்களாம்.. "Beb is going for shopping with us !" என்று வாய்விட்டுப் பாடிய வண்ணம் மிக்க மகிழ்ச்சியோடு வந்திருக்கிறார்கள்.

குழந்தைகளின் உலகில் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக ஹீரோவாக மாறுவது, மிக்க மகழ்ச்சியைத் தருகிறது.

என் குழந்தைகளுடனான நேரடி அனுபவங்களின் விளைவில் உருவான கதை , "Little Beb's Wish"! கதையை ஆரம்பித்தது நானாக இருந்தாலும், முடித்துக் கொடுத்தது அவர்களாக இருந்ததால் ,கதை குழந்தைகளுக்குப் பிடிக்கும் என்பதில் உறுதியாக இருந்தேன்.

ஒரு குட்டி சிலந்தி, கூட விளையாடுவதற்கு யாருமே இல்லாமல் போனமையால், வருந்துவதைக் கண்ட உம்மா சிலந்தியும், வாப்பா சிலந்தியும், அதனை பாடசாலைக்கு அனுப்பிய கதையொன்றை , இரவில், என் குழந்தைகளுக்கு கூறியிருந்தேன்.

அடுத்த நாள் பகல், ஸ்கூலுக்குப் போன சிலந்தி, எத்தனை சப்பாத்துக்கள் அணிந்து சென்றிருக்கும் என்று ஆழ்ந்த உரையாடலொன்றில் இருந்தார்கள் அவர்கள்! ஆஹா! இது நன்றாக இருக்கிறதே, என்று, அதற்கும் சேர்த்துக் கதை வடிவம் கொடுத்து, எனது பள்ளித் தோழி சாராவுடன் இணைந்து, வண்ணப் படங்களையும் தயாரித்து, Pages Book House இன் உரிமையாளர், சமூக செயற்பாட்டாளர், என்ற பன்முக ஆளுமையாகத் திகழும் சிராஜ் மஷ்ஹூர் ஸைச இன் ஊக்கமளிக்கும் வார்த்தைகளால், நூலுருப் பெற்று உங்களை அடைந்திருக்கிறது Little Beb!

புத்தகம் மெதுவாகப் பரவி வருகிறது. புத்தகம் குறித்து, இளம் பெற்றோர் பலரும், முன் பள்ளி ஆசிரியர்களும் என்னுடன் பகிர்ந்து கொள்ளும் கதைகளைக் கேட்கையில்,குழந்தைகளுக்கு Beb ஐப் பிடிக்கும் என்பதைத் தாண்டி, Beb கொண்டாடப் படுவது புரிகிறது..

சிறுவர்களை, தன்னைச் சுற்றியுள்ள சூழலை நேசிப்பவர்களாகவும், சூழல் குறித்த அன்பு கொண்டவர்களாகவும், அழகாகத் திசை திருப்பி, எதிர்காலத்தில், விஞ்ஞானத்தின் அடிப்படையான 'research' தொடர்பான ஆர்வமுள்ளவர்களாகவும் வார்த்தெடுக்க வேண்டும் என்ற பெருங்கனவும் , உள்ளத்தின் ஆழத்தில் இருக்கிறது.

Beb ஐத் தொடர்ந்து வரவிருக்கும் இக்கதைத் தொடரின் அடுத்த புத்தகங்களிலும் இந்தப் போக்கினைக் காண்பீர்கள். இன்ஷா அல்லாஹ். பேராதனைப் பல்கலைக்கழகத்து விஞ்ஞானப் பட்டதாரியாக, இரண்டு குழந்தைகளின் தாயாக, பள்ளியில் உயிரியல் பாட ஆசிரியையாக இருப்பதைப்

போலவே, குழந்தைகளுக்கான வண்ண நூலொன்றின் நூலாசிரியையாக இருப்பதையும் மிக்க மகிழ்ச்சி தரும் விடயமாகக் கருதுகிறேன்.

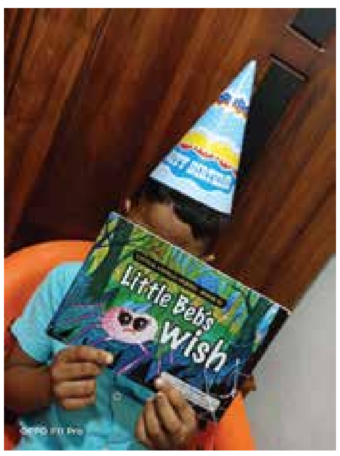
இதற்கு முன்னரும், “அகரம்“ இதழில் இரண்டு வருடங்கள், ஆங்கிலப் பகுதியின் எடிட்டராகவும், பாகிஸ்தானிலிருந்து வெளிவந்த “ஆபாக்“ ஆங்கிலக் கல்விச் சஞ்சிகைத் தொடரின் பிரதிகளை தமிழுக்கு மொழிபெயர்த்தவராகவும், ஆங்கில சிறுவர் நூல்கள் சிலவற்றின் தமிழ் மொழிபெயர்ப்பாளராகவும் இருந்தமை, இப்பணிக்குப் பெரும் துணையாக இருந்தது என்றும் கூறலாம்.

எல்லாவற்றுக்கும், நான் தேர்ந்தெடுத்த “ரும்மான்“ என்ற புனைபெயரும் துணை நிற்கின்றது.

வாசிப்பு ஓங்க வேண்டும்! விஞ்ஞானம் செழிக்க வேண்டும்! குழந்தைகளின் உலகம் விரிந்து கொண்டே செல்ல வேண்டும்.

கொழும்பு விசாகா பாடசாலை மாணவிகள்–
என்னுடய் CCC யில்,
கதை சொல்லும் நிகழ்வில்

பக்கத்திலிருந்து
ரசிக்கிறது குழந்தை



பிறந்தநாள் பரிசாக...

மூத்த எழுத்தாளர் திக்வெல்லை கமால்

மலையகத்தைச் சேர்ந்த பாடசாலை
ஆசிரியை ஒருவரின் அன்பளிப்பு

கம்பளைப் பாடசாலையொன்றின்
ஆசிரியச் சகோதரரொருவர் தந்த பரிசு

காலியிலிருந்து அனுப்பிய அற்புதக் காட்சி

கண்டி விகாரமகாதேவி பாடசாலையின் அதிபரிடம்,
அப்பாடசாலை ஆசிரியரொருவர் புத்தகத்தைக் கையளித்த போது

இலங்கையில் அதிகரித்து வரும் தற்கொலைகளும் அதற்கான காரணிகளும்.

முஹம்மட் ஹாசில்
(ஊடகவியலாளர்)

இலங்கை மக்கள் எப்போதும் மகிழ்ச்சியானவர்கள், கொண்டாட்டங்களை ஆதரிப்பவர்கள் என்று பிற நாட்டவர்கள் பெருமளவில் நம்புகிறார்கள். எம்மக்கள் இலகுவில் திருப்தியடைய மாட்டார்கள். ஆனால் மகிழ்ச்சியடைந்து விடுவார்கள்! அத்தகைய மனிதர்கள் வாழும் இதே நிலத்தில் தான், வாழ்வை எதிர்கொள்ள முடியாமல் பல தற்கொலைகளும் நிகழ்ந்திருக்கின்றன. இலங்கையில் கடந்த காலத்தில் நிகழ்ந்த தற்கொலை தொடர்பான புள்ளிவிபரங்களையும், அதற்கு தாக்கம் செலுத்தும் காரணிகளையும் பற்றி சற்று கவனம் செலுத்துவோம்.

சுதந்திரம் அடைந்த காலப்பகுதியில் 100,000 நபர்களில் 9 பேரும், 1970களில் 19 பேரும், 1980களில் உச்சகட்டமாக ஒரு இலட்சம் நபரிற்கு 33 பேர் தற்கொலை செய்ததாக புள்ளிவிபரங்கள் கூறுகின்றன. அதில் அதிகமாக விவசாயிகளும், முறையே நாள் கூலித்தொழிலாளர்கள், பெண் தலைத்துவ குடும்பங்கள் மற்றும் வெளிநாட்டில் பணி புரியும் குடும்பங்களாகும். இதற்கு முக்கிய காரணமாக அக்காலப்பகுதியில் அதிகளவிலான கிருமிநாசினிகளின் பயன்பாடுகளாகும். பிற்பாடு அரசாங்கத்தினால் கொடிய கிருமிநாசினிகள் அனைத்தும் தடை செய்யப்பட்டன. இதன் விளைவாக 1995 – 2015 காலப்பகுதி வரை 93,000 உயிர்கள் காப்பற்றப்பட்டதாக கூறப்படுகின்றது. பிராந்திய வீதம் இலட்சத்திற்கு 13.2 ஆக காணப்பட்ட போதிலும், 2016 அறிக்கைப்படி இலங்கையில் தற்கொலை 16.6 வீதம் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது. அதிலும் அதிகமானோர் 26 – 30 வயதுக்கு உட்பட்டோரும், 70 வயதிற்கு மேற்பட்டவர்கள் எனவும், அதிலும் ஆண்களே அதிகம் என்றும் அறிக்கைகள் குறிப்பிடுகின்றன.

உலக சுகாதார அமைப்பின் அறிக்கை படி உலகளாவிய ரீதியில் ஒவ்வொரு 40 வினாடிகளுக்கும் ஒருவர், அதாவது வருடத்திற்கு 800,000 பேர் தற்கொலை மூலம் மரணிப்பதாக புள்ளி விபரங்கள் கூறுகின்றன. இலங்கையில் தற்கொலை இறப்புகள் குறைவாக இருப்பினும் தற்கொலை செய்வோரின் எண்ணிக்கை அதிகளவாகவே காணப்படுகின்றது. இது மத்திய கிழக்கு மற்றும் தென் அமெரிக்கா நாடுகளை விட அபாயகரமான வரிசையில் உள்ளது என்பது வேதனையளிக்கக்கூடிய விடயமாகும். எனினும் முதல் நிலை நாடுகளாக கருதப்படும் அவுஸ்திரேலியா, ஜப்பான், ஐக்கிய இராச்சியம், சுவிஸர்லாந்து மற்றும் சுவீடன் போன்ற நாடுகளுடன் ஒப்பிடுகையில் இலங்கை சிறந்து விளங்குவதாக குறிப்பிடப்படுகின்றது.

தற்போது இலங்கையை பொருத்தமட்டில் 45/100,000 என விகிதத்தில் இருந்து, தற்கொலைக்கு முயன்றோரின் இறப்பு விகிதம் 14/100,000 என்ற விகிதத்திற்கு குறைந்துள்ளது என்பது குறிப்பிடத்தக்கது. இது தொடர்பில் மனநலன் தொடர்பான சிரேஷ்ட வைத்தியர்கள் கூறுகையில்,
'விதிக் கட்டமைப்புகள் விருத்தியடைந்த பின், தற்கொலைக்கு முயன்ற நபரை சிகிச்சை அளிக்கும் போது, மருத்துவ ரீதியான அணுகுமுறையில் சற்று மாற்றத்தை ஏற்படுத்தியமையேயாகும். பொதுவாக இவ்வாறான சந்தர்பங்களில் உட்கொண்ட நஞ்சினை வெளியே எடுப்பதிலேயே கவனம் செலுத்துவோம். ஆனால் தற்போது இதயத்தை முடியுமான வரை

இயங்க வைப்பதிலும், பின்னர் ஏனைய சிகிச்சைகளை படிமுறையின் அடிப்படையில் வழங்குவதையும் செய்துவருகிறோம்' என தெரிவிக்கின்றனர்.

20 வீதமானோர் திருமணம் சார் பிரச்சனைகளாலும், 8 வீதத்தினோர் மன நிலை குறைப்பாட்டினாலும், 12 வீதமானோர் நாள்பட்ட வலியினாலும், 50 சதவீதத்திற்கும் அதிகமானோர் மதுபோதையினால் தற்கொலை செய்வதாகவும் கருத்துக்கணிப்புகளில் கூறப்படுகின்றது.

எம் நாட்டை பொருத்தளவில் இளைஞர் மட்டதினாலான தற்கொலைகள் அதிகரித்த வண்ணமே உள்ளது. இதற்கு முக்கிய காரணங்களாக பரீட்சை நோக்கமாகக் கொண்ட கல்வி முறை, துஷ்பிரயோகங்கள், விபச்சாரம் மற்றும் போதைவஸ்து பாவனையாகும். இதனால் ஒரு மாணவன் தனக்கு ஏற்பட்ட மன விரக்தி மற்றும் சோர்விற்கான மூலங்களை அறிந்து அதற்கான தீர்வினை வகுக்காமல், தற்கொலையை மாத்திரம் ஓர் தீர்வாக கருதுகிறான். இதனடிப்படையில் 7 தொடக்கம் 9 வரையான வகுப்பு மாணவர்களுக்கு இரு தசாப்தங்களாக தற்கொலை தொடர்பான விழிப்பூட்டல்கள் வழங்கப்பட்டாலும் 15 – 25 வயதுடையவர்களே இலங்கையில் அதிகம் தற்கொலை செய்கின்றனர் என்பதும் குறிப்பிடத்தக்கது. இது செல்வந்த நாடுகளை ஒப்பிடுகையில் இரு மடங்காகும்.

இது தொடர்பில் மனநலன் தொடர்பான சிரேஷ்ட வைத்தியர்கள் கூறுகையில், 'Youtube' உள்ளிட்ட சமூக வலைத்தளங்களில் தற்கொலை சார்பான பல விடயங்கள் உள்ளன. மிக பிரபல்யமான பல பாடல்களிலும் சினிமாக்களிலும் போதைப்பொருள், தற்கொலை, காதல், துஷ்பிரயோகங்கள் மற்றும் வன்முறைகள் தொடர்பிலேயே அதிகம் காண்பிக்கப்படுகின்றன. ஆகவே இவை அனைத்தையும் மாற்றி அமைப்பதற்கு இதுவே சிறந்த தருணம்' என தெரிவித்தனர்.

நாம் தற்கொலையை தீர்வாக எண்ணும் ஓர் கலாச்சாரத்திலே வாழ்ந்து வருகின்றோம். எமது சிந்தனைகளை மாற்றி அமைப்பதோடு, நாம் வாழும் கலாச்சாரத்தையும் மாற்றி அமைக்கும் கடமை எம் எல்லோருக்கும் உண்டு. தற்கொலை செய்யும் முறையில் கூர்ப்பு கண்ட எம் மக்கள், தீர்வை நோக்கி பயணிக்கவில்லை என்பதே உண்மை. ஆகவே, தற்கொலையை இருளுக்கான விடிவாக எப்போதும் கருதாமல், எச் சூழ்நிலையிலும் தெளிவான சிந்தனையுடன் எமது வாழ்க்கையை நடாத்திச் செல்வோம்.

"வாழ்க்கை வாழ்வதற்கே"

பழிச்சொற்கள்

செய்யாத ஒரு தவறுக்காக - தேவையில்லாத
பழிச்சொற்கள் எரிகற்களாய் சுட்டெரிக்கின்றன
ஒவ்வொரு நொடியும் - யாருக்கு என்ன தீங்கு செய்ததன்
விளைவோ இது ....

வழி சொல்ல தகுதியில்லையென்றால் மற்றவர்களுக்கு
பழி சொல்ல எத்தனிப்பதுதான் ஏனோ?!!
கடுசொற்கள் செப்பிவிடவே - ஆயிரம் பேர் முன்
வரலாம் அதன் வலியோ ரோசாவின் முள் உடலிலே
குத்திக்குடைவது போல் - என்று யார் தான் அறிவார் ?

முழுமையாய் அறிந்த உறவுகளே - இச்சொற்கள்
உரைக்க அதன் வலி தாங்குவது அத்தனை
சுலபமல்லவோ? - என்று இதனை அறியாதிருப்பதேன்?
- தலைக்கணம் பிடித்த உறவுகளிடத்தில் வாழ எந்த
வழியுமில்லையே.....

பட்ட அவமானங்கள், கேட்டு விட்ட கடுசொற்கள் மனதில்
இருந்து துளியும் நீங்கவுமில்லை - ஒரு போதும்
இன்னொருவருக்கு செய்ய தூண்டியதுமில்லை......

சுமக்கப்பிறந்தவள் பெண் என்பதாலோ என்னவோ -
பழிபாவங்களை தன் மீதே தணிக்கிறது - இப்பூமி....

தீச்சொற்கள் கேட்டு உள்ளம் வலித்திட உணர்வுகள்
அடங்காது கொதித்திட யார் இட்ட சாபமோ பெண்ணாய்
பிறந்தது ?

கடுசொற்கள் சரியென்றால் - நியாயம் புகட்டும் பதில்கள்
தவறென சித்தரிப்பது எங்ஙனம் நியாயமாகும் ?
காலங்கள் பதில் சொல்லும் என்பதற்காக மீண்டும்
மீண்டும் அதே தவறினை இழைப்பதேன்?

கடலில் கல்லை வீசினால் கடலுக்கு வலிப்பதில்லையே.-
கல் தான் வீணாகிப்போகும் - பழிச்சொற்கள்
கல்லாயிருக்க பெண்ணாகிய இவள் கடலாய் இருப்பாள்
- பழிச்சொற்களின் ஆதிக்கம் நீங்கும் வரை ....

எம்.கே.சில்மியா
கிழக்குப் பல்கலைக்கழகம்

புத்தளத்தை சேர்ந்த இளம் சமூக சேவையாளர் அக்மலீ ஸபிய்யா

ஷிப்னா ஆதம்

சமூக சேவையாளரான இப்னு மஷ்ட் அக்மலீ ஸபிய்யா, புத்தளத்தைப் பூர்வீகமாகக் கொண்டவர். இவர் புத்தளம் பாத்திமா பாடசாலையில் ஆரம்ப கல்வி - உயர் கல்வியை மேற்கொண்டார். அதனைத் தொடர்ந்து P/Zainab Primary பாடசாலையில் Volunteer ஆசிரியராகப் பணியாற்றி விட்டு, புத்தளம் Change Humanitarian Organization இல் இரண்டு வருடங்கள் Project Assistant ஆகப் பணி புரிந்தார்.

கொழும்பு பல்கலைக்கழகத்தின் Collobration இல் Human Rights, Fundamental Rights இன் உயர்திரு கற்கை நெறியை முடித்து விட்டு தேசிய சமூக நிறுவனத்தின் Psychological Counselling Diploma ஐப் பூர்த்தி செய்துள்ளார். தற்பொழுது இத்துறையில் சமூகத்திற்கான சேவைகளை இலவசமாக வழங்கி வருகிறார். இத்துறையில் தேர்ச்சி பெறும் நோக்கில் மேற்படிப்பை மேற்கொள்ள இருக்கிறார்.

இதுவரை செய்த சமூக சேவைகள் சில : தனது சொந்தங்கள், நண்பர்களின் குடும்ப நிலைமைகளைத் தெரிந்துகொள்ளும் இவர் வெவ்வேறு சந்தர்ப்பங்களில் Dry Food Fundraise செய்து கொடுப்பதுண்டு. நாளடைவில் சமூகத்தில் வறிய குடும்பங்களை இனங்கண்டு அவர்களுக்குரிய Dry Food வழங்கி வருகிறார். இந்த இரண்டு மாதங்களுக்கு இடையில் கிட்டத்தட்ட 30 குடும்பங்களுக்கான உணவு பொதி வழங்கப்பட்டுள்ளது.

புற்றுநோயால் பாதிக்கப்பட்டிருந்த ஒரு இளம் பெண்ணுக்கான போக்குவரத்து, ஊதியத்திற்குத் தேவையான செலவுகளை குறிப்பிட்ட காலம் இவர், இவரது கணவன், இவரது சகோதரர் சேர்ந்த குழுவினாலும் இலங்கையைச் சேர்ந்த வெளிநாட்டில் வசிக்கும் நண்பர்களினாலும் சேர்ந்து குறிப்பிட்ட காலம் வழங்கிவரப்பட்டது.

நடுத்தர, எளிய குடும்பங்களில் திருமணபந்தத்தில் இணையும் சில பெண்களுக்குத் தேவையான ஆடைகள், வீட்டிற்குத் தேவையான பொருட்கள், பலகாரம், சிறிய தொகைப் பணம் என்று அனைத்தும் அதில் சிலருக்குத் தேவையானதையும் வழங்கிவைப்பதுண்டு.

இவற்றையெல்லாம் தாண்டி பெருநாட்களின் போது குடும்பத்தில், நண்பர்களிடமிருந்து மற்றும் கடைகளில், முகநூல் பதிவின் மூலமும் வெவ்வேறு மாவட்டங்களில் இருந்தும் சேகரிக்கப்படும் Preloved Clothes, Stockout ஆகிய புதிய கடைகள் என்பவற்றை பகிரங்கமாக அவற்றைப் பெற்றுக் கொள்ள வருபவர்களையும் தாண்டி நம்மில் சில குடும்பங்கள் இவ்வாறான உதவிகளைப் பெறத் தகுதியாக இருந்தும் சமூகத்தின் பார்வையில் இழிவாகக் பார்க்கப்படும் என்ற பயத்தில் கேட்க வெட்கப்படுபவர்கள் உண்டு. அவ்வாறான இளைஞர்கள், குடும்ப உறுப்பினர்களை இனங்கண்டு அவர்களுக்கு நேரம் கொடுக்கப்படும் பொழுது அவர்களுக்குத் தேவையான ஆடைகளை இரகசியமாகப் பெற்ற மகிழ்ச்சியில் நமக்கான அவர்களின் பிரார்த்தனைக்கு அளவேயில்லை.

குடும்ப, தனிநபர் கஷ்டங்களின் வெளிப்பாடாக ஏற்படும் மன அழுத்தம் மற்றும் உளப்பிரச்சினைக்கான உளவளத் துணையை தன்னுடன் பகிர்ந்து வழிகாட்டல்களைப் பெறுவதுண்டு. சமூக வலைத்தளங்களில் தன்னை இணங்கானும் கனடா மலேசியா, UAE மற்றும் இலங்கையின் பல பகுதிகளில் இருந்தும் Over the phone Counselling பெற்றுக் கொள்வது உண்டு. அதில் அதிகமானது வெற்றிகரமானதாக இவருக்கும் சந்தோஷத்தையும் ஊக்கத்தையும் அளிக்கின்றது.

பிரதி வாடிக்கைய ளர்களிடமிருந்து இவருக்கு அன்பளிப்பாக சில தொகையைத் தருவதற்கு முயற்சிப்பதுண்டு. ஆனால் தான் அதை

மறுப்பதற்கு காரணம் மனிதன் உள்ளதோடு ஆற்றும் பங்கினை மிக உன்னதமான சமூக சேவையாகக் கருதி கொள்வதினாலாகும்.

அத்தோடு அனாதை இல்லம் முதியோர் இல்லம், மற்றும் Differently able Home களுக்கு வழமையாக வருகை செய்வதுடன் அவர்களுக்குத் தேவையான சிறு உதவிகளை செய்வதோடு மேலும் பலருக்கு அந்நிலையங்களுக்கு ஆலோசனை செய்வதும் குறிப்பிடத்தக்கது.

என் தேவதையே...

கவிகள் பாடுறேன்
உன் பக்கம் வாடுது.
கனவுகள் காண்கிறேன்,
கண்ணாடி போல் உன் முகம்.
நாவிடம் செல்ல
நாத்திசையும் உன் சொல் புறளுது......

என் மனம் கொள்ளை போனதுன்னில்
தினம் நெஞ்சம் மலருதடி...
என் மனம் மலராக,
என் குணம் தவிராது,
உன் தினம் திமிராக நடவேன்.

ஏக்கங்கள் புதிதாய் உன் பக்கம்,
என் தேவதையே....

இளம்கவி
எம்.எல்.பைஜ் அஹ்மட்

அழும் தனிமை உள்ளம்

சொந்தத்துடனும் பந்தத்துடனும்
நன்றாக இயங்கும் மானிடா !
நீ நல்லவனாக இருந்தால் அது
முழுவர்க்குமே இனிது,
போலியாக இருந்தால் - அது
உனக்கு நீயே செய்யும் கெடுதி.

சற்று சிந்தித்துப் பார் - அடடா!
துன்பம் நீங்க ஒன்றினையும்
அழகான குடும்பம்
தட்டிக் கேட்கும் சகோதரர்கள்
ஆகா! இதுவே போதுமடா
ஆத்ம சாந்திக்கும், நிறைவுக்கும்.

அதில் பெறும் இன்பம் உனக்கேது விளக்கம்
எருமை மேல் மழைப் போல் தான் இருக்கும்.
காக்கைக்கூட்டில் குயில் போல்
எங்கு பிரிவுண்டாக்கலாம் எனக்
கழுகுக்கண்ணாயல்லவா பார்ப்பாய்.

சற்று சிந்தித்துப் பார்
தனிமையிலே வளர்ந்து
தனிமையிலேயே புரளும்
மானிடனை.

இன்பமாய் தன்னை பிறர் - முன்
காண்பிப்பான் ஆனால் அவனுக்கு
மனக்கவலைகள் ஏராளம் - வெளி
சொல்லி அழ முடியாதிருப்பான்
சிறை வாழ்க்கைதான் அது.

கேட்க ஆளில்லா நாதி - போல்
உணர்வான் அந்நிலையை சித்தரிக்கவே
முடியாது முயன்றால் கண்ணீரே மீதம்
கடவுள் அந்த வலியை தரவில்லை உனக்கு,

அவன் சந்தோசமாய் தனிமையுணர்ந்தாலும்,
சில சமயம் தனக்கெதிரே சகோதரர்களுடன்
எவர் சென்றாலும் மனக்கவலை ஓடோடி
வந்துவிடும், கண்களோ நிரம்பி வழியும்.

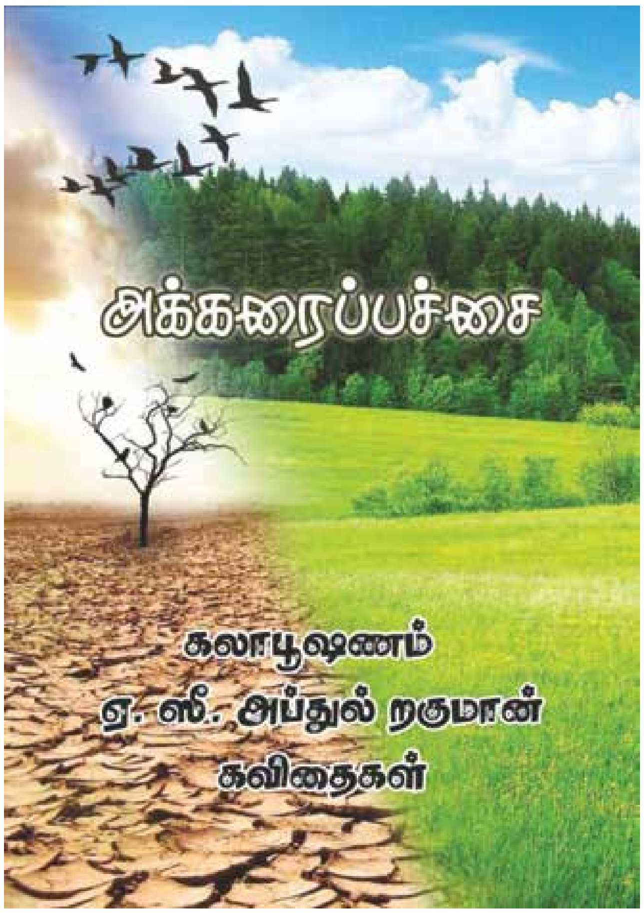
சிறகொடிந்த பறவையின் நிலை அது -
அப்போது தன் இஷ்ட தெய்வத்திடம் கேட்பான்

ஐந்தறிவு கொண்ட ஜீவராசியாகவே
படைத்திருக்கலாமே? என்னை என்று.

இதை உணர்த்துப்பார்
குடும்பப்பிரிவில் உனக்கு
மிகுந்த ஆர்வம் வராது
பசைப் போல் இணைந்துக் கொள்வாய்.

தனிமை வலியுணர்வு கொண்ட உள்ளம்

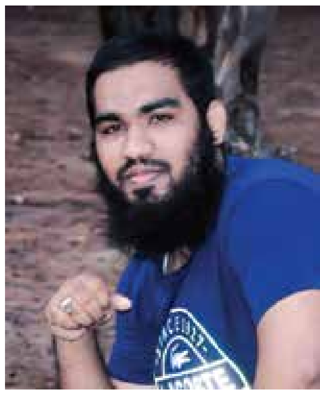
ப. மதீஹா ஸமீர்
கொழும்பு



என்னை கவர்ந்த நூல்

கலாபூஷணம் ஏசி அப்துர்ரஹ்மான் எழுதிய

அக்கரைப் பச்சை



மருதமுனை
ஜவ்சன் அஹமட்

புகழ் அனைத்தும் இந்த உலகை படைத்து பரிபாலிக்கும் வல்ல இறைவன் அல்லாஹ்வுக்கே சொந்தம். ஒவ்வொரு நூல்களும் ஒவ்வொரு மனிதர்களைப் போன்றது அதில் உள்ளடக்கப்பட்டிருக்கும் உள்ளத்து உணர்வுகள் காலத்தால் அழியாத பொக்கிஷங்கள். அந்த விடயங்களை மற்றவர்கள் யாரும் திருத்தங்கள் செய்யவோ அல்லது அதில் மாற்றுக் கருத்துக்களையோ அல்லது அந்த கருத்துக்களைத் தாங்களோ பிரதி செய்து எடுக்க முடியாது.

இப்படியாக பலரால் படைக்கப்பட்ட ஏராளமான நூல்களை தினமும் நாங்கள் எங்களிடையே பரிமாற்றம் செய்து கொள்கிறோம். அவ்வாறு இந்த வருடம் எனது கரங்களில் கிடைத்த ஒரு நூலைப் பற்றிய விமர்சனம் தான் இது.

இந்த நூலை ஏறாவூரைச் சேர்ந்த கலாபூஷணம் ஏசி அப்துர்ரஹ்மான் அவர்கள் எழுதியிருந்தார்கள். இந்நூலுக்கு அக்கரைப் பச்சை என்று பெயர்சூட்டி 2021.12.10 வெள்ளிக்கிழமை அன்று ஏறாவூர் ஆற்றங்கரை கேட்போர் கூடத்தில் வெகுவிமர்சையாக இந் நூலை வெளியீடு செய்துவைத்தார். துணிந்தெழு சஞ்சிகை சார்பில் இந்நிகழ்விற்கு நானும் அழைப்பு விடுக்கப்பட்டு அந்த நிகழ்வில் கலந்துகொண்டு நூலாசிரியர் கைகளினாலேயே அந்நூலைப் பெற்றுக் கொண்டேன்.

இந்த நூல் கவிதை, இலக்கியம் சார்ந்த ஒரு நூலாக இருக்கிறது இதனை ஹனிமூன் பதிப்பகம் வெளியீடு செய்து வைத்தது. இது நூத்தி முப்பத்தி நான்கு (134) பக்கங்களைக் கொண்ட ஒரு சிறிய நூலாகும். இதன் அட்டை வடிவமைப்பு எல்லோர் மனதிலும் பார்த்த உடனே ஒரு மாற்றத்தை ஏற்படுத்தும் விதத்தில் அமைந்திருந்தது, அதுமட்டுமல்லாமல் இந்நூலின் உட்கட்டமைப்பு வரிகளும், அதன் புகைப்படங்களும், மிக நேர்த்தியாகவும் மனதை வருடிச் செல்லும் விதத்திலும் அமைந்திருந்தது.

இந்நூலுக்கு வாழ்த்துரையை கவிமணி கலாபூஷணம் மௌலவி எம்.எஸ்.எம் புகாரி பலாஹி அன்னவர்களும், நூலாசிரியர் பற்றிய அறிமுகத்தை கிழக்கு பல்கலைக்கழக

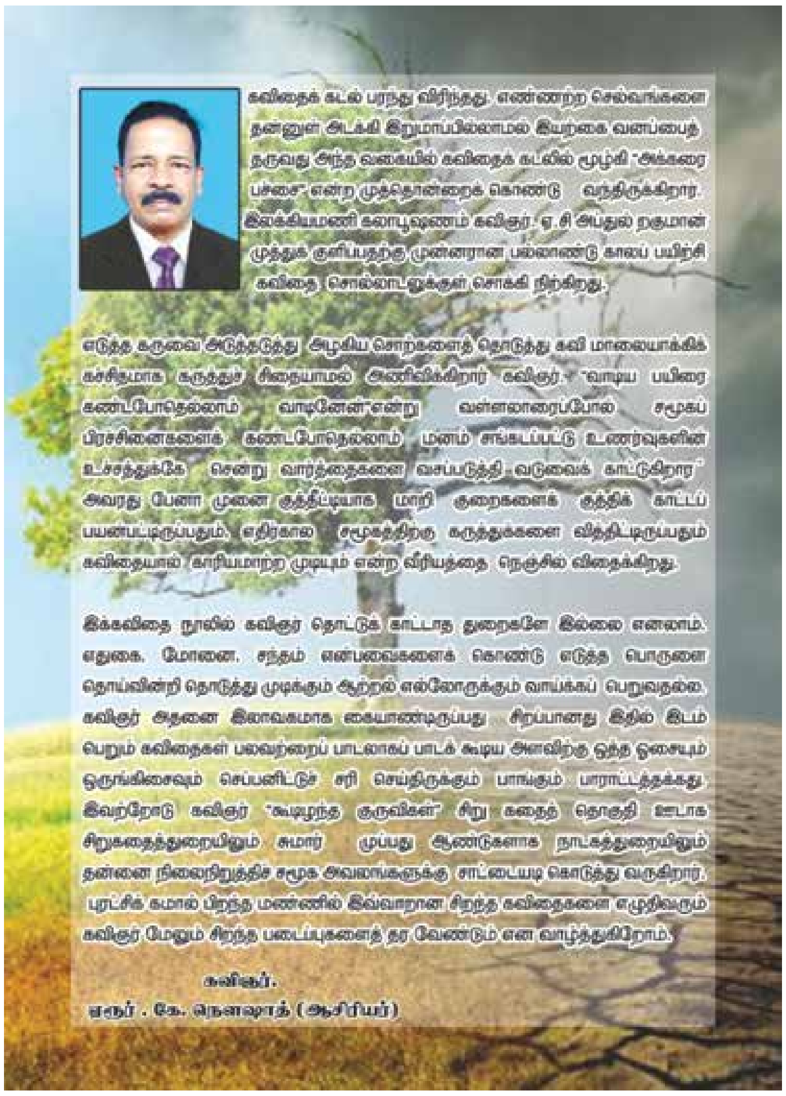
கலைப்பீட பயிலுனர் ஏரூர்க்கவிஞர் எம்.எம் றசீன், அவர்களும் முகவுரையை சிறப்பாக நூலாசிரியர் கலாபூஷணம் ஏ.சி அப்துர்ரஹ்மான் அவர்களும் வழங்கியிருந்தார்கள். நூலாசிரியர் இந்நூலை தன் தாய் அவர்களுக்கு சமர்ப்பணம் செய்திருந்தார்

மொத்தமாக இந்நூலில் இடம்பெற்ற கவிதைகள் நூற்றி முப்பத்தி இரண்டு (132) தலைப்புகளை கொண்டதாக காணப்பட்டது. உயிர் தந்த அம்மா என்ற தலைப்போடு ஆரம்பமாகி பல சமூக வாழ்வியல் சார்ந்த வித்தியாசமான தலைப்புகளை உள்ளடக்கி ஒவ்வொரு கவிதைகளும் கவி இலக்கியத்தோடும், சந்தம், ஓசைநயம் போன்ற அம்சங்களோடும் மெல்லமாய் நகர்ந்து அல்லாஹ்வின் அருட்கொடை என்ற தலைப்போடு முற்றுப்பெற்றது.

உண்மையிலேயே இந்த கவிதைத் தொகுப்பை படிக்கின்ற நேரத்தில் கவிஞர் அவர்கள் கையாண்டு இருக்கக்கூடிய சொற்களின் தனித்தன்மை உள்ளத்தில் பல மாற்றங்களை எழ வைக்கிறது. அதுமட்டுமல்லாமல் நூலாசிரியர் கையாண்டு இருக்கக்கூடிய உவமான, உவமேயங்கள் மற்றும் வர்ணனைகள் எம்மை இன்னும் இந்நூலை ஆழ்ந்து உற்றுநோக்க உதவுகின்றது.

இந்நூலாசிரியர் ஒரு மரபுக் கவிஞராக இருப்பதனால் மரபு ரீதியாகவும் பல கவிதைகளை இதில் உள்வாங்கி இருக்கிறார். அந்தக் கவிதைகளில் அவர் கையாண்டு இருக்கக்கூடிய சொற்பதங்கள் அவை தரும் ஓசை நயங்கள் எம்மைப் போன்ற வளர்ந்து வரும் சராசரி கவிஞர்களுக்கு ஒரு ஊன்றுகோலாக அமைகிறது.

இந்நூலை இன்னும் ஆழமாக உற்றுநோக்கி வாசித்துச் செல்லுகையில் சில தலைப்புக்கள் பெரிதும் எம்மை நிலைகுலைய வைத்தது என்றுதான் சொல்லவேண்டும். இவ்வாறான தலைப்புகளில் இடம்பெற்ற கவிதைகள் என்னை மிகவும் ஆழ்ந்து சிந்திக்க வைத்தது. அவைகள்,



துணிந்து நில்
மாறாத பயணம்
பெண்மையை காப்போம்
நான் கருப்பு
தரணியே தாய்வீடு
விடிகின்ற பொழுது
காடழிப்பு
கனவான காதல்

மேலும் இந்நூலை நான் மறுபடி மறுபடியும் படிக்கின்ற நேரத்தில் ஆசிரியர் அவர்களின் மொழியின் முதிர்ச்சியினையும், பரந்து விரிந்த கற்பனையினையும், சமூகத்தின் மீது அவர் கொண்ட பற்றினையும் என்னால் நன்கு விளங்கிக் கொள்ள முடிகிறது.

அத்தனை கவிதைகளும் உள்ளத்தை தட்டி செல்லும் அளவுக்கு நேர்த்தியாகவும் சிறப்பாகவும் அமைந்திருந்தது. அதேபோன்று இந்நூலின் பின் அட்டை சிறப்பாக வடிவமைக்கப்பட்டு அதில் ஆசிரியர் அவர்களின் புகைப்படம் பொறிக்கப்பட்டு அதில் ஆசிரியரைப் பற்றி சில வரிகள் ஆசிரியர் கவிஞர் ஏரூர் நௌஷாத் அவர்களினால் வழங்கப்பட்டிருந்தது.

நான் நன்கு ரசித்து படித்த இந்நூலை வாசகர்களாகிய நீங்களும் படித்து அதிலுள்ள நீதிக் கருத்துக்களை உள்வாங்கிக்கொள்ள வேண்டும் என்று அவா கொள்கிறேன்.

ஒரு நாள் சுதந்திரம்

அடிமை சிறையில் இருந்து அரக்கர்களின்
கொடுமையில் இருந்து மீட்டெடுத்ததே நம்
நாட்டு சுதந்திரம்

தன் உயிரையே பணயம் வைத்து
ஈன்றெடுத்தனர் நம் வீரர்கள் இச்
சுதந்திரத்தை நிம்மதியாக வாழவே

நம் உரிமைகளை அச்சம் இன்றி நிலை
நாட்டுவதே உண்மையான சுதந்திரம்
அல்லவா

சாதி மதம் பேதமின்றி சகோதரர்களாய்
விட்டுக் கொடுத்து புரிந்துணர்வோடு
ஒற்றுமையாய் நடப்பதில் உள்ளது நாட்டின்
சுதந்திரம் அல்லவா !
ஏழை பணக்காரன் வேறுபாடின்றி
அனைவரும் சமமே என்று நீதி
வழங்குவதில் உள்ளது சமத்துவ
சுதந்திரமே நண்பா !

பகலென்ன இரவென்ன
என்று பாதையில் அணிகலன்களோடு
பெண்கள் அச்சம் இன்றி தனியாக
நடமாடுவதில் உள்ளது
மான சுதந்திரமே !

இரவில்கூட வீட்டை திறந்து வைத்து மிக
தைரியமாக தூங்குவதில் உள்ளது நம்
நாட்டு சுதந்திரமே நண்பா !

ஐஸ்ரா ஜலீல்
மலேசியா

துணிந்தெழு
வரலாறு படைக்க இருக்கும் வைர நெஞ்சங்கள்
@skytamil.lk
மாதந்தோறும் | இதழ் - 20 | 17 பெப்ரவரி 2022

மலையரும்பு

சஹீகா வெலிமடை
துணிந்தெழு சஞ்சிகையின் மலையக ஒருங்கிணைப்பாளர்

கண்டி பதியுதீன் மஹ்மூத் மகளிர் கல்லூரி அதிபர் பாத்திமா சிஹானா அவர்களுடனான நேர்காணல்

கேள்வி 1) உங்கள் முழுப்பெயர், பிறந்த இடம் யாது?

பதில்: எனது முழுப்பெயர் கல்கெடியகே பாத்திமா சிஹானா அப்துல் ரஹீம். பிறந்த இடம் கண்டி.

கேள்வி 2) நீங்கள் கற்ற பாடசாலை யாது?

பதில்: நான் கற்ற பாடசாலை பதியுதீன் மஹ்மூத் மகளிர் கல்லூரி கண்டி.

கேள்வி 3) நீங்கள் தற்போது பணி புரியும் இடம் எது?

பதில்: நான் கற்ற அதே பாடசாலையில் தற்போது அதிபராக கடமையாற்றுகிறேன்.

கேள்வி 4) நீங்கள் கற்பிக்கும் பாடசாலையின் முன்னேற்றத்திற்காக உங்களது பங்களிப்பு எவ்வாறு இருந்தது?

பதில்: 2015 ம் ஆண்டில் தான் நான் அதிபராக இந்த பாடசாலைக்குள் நுழைந்தேன். இங்கு வந்து பாடசாலையில் என்ன என்ன குறைபாடுகள் இருக்கின்றன என ஆராய்ந்து அவற்றை செய்யத் திட்டமிட்டேன். எல்லா வகையிலும் பாடசாலையை முன்னேற்றுவதற்காக மும்முரமாக ஈடுபட்டேன். கண்டியில் ஒரு முன்வந்த பாடசாலையாக மாற்ற என்னால்

முடியுமாக இருந்தது. இதற்காக எங்களை சுற்றியிருந்த பலரும் பல உதவிகளை செய்தார்கள் என்பதும் குறிப்பிடத்தக்கது. கண்டி பெண் பிள்ளைகளுக்கு செல்ல முடியுமாக இருக்கும் ஆகச்சிறந்த ஒரு பாடசாலையை உருவாக்க பெரிதும் பாடுபட்டேன்.

கேள்வி 5) இப்பாடசாலைக்குவரும் முன் எங்கு பணி புரிந்தீர்கள்?

பதில் : நான் SLEAS பரீட்சையில் சித்தி பெற்று மாத்தளை zone இல் Education Director ஆக கடமையாற்றினேன்.

கேள்வி 6) இப்பாடசாலைக்கு அதிபராக வர என்ன காரணம்?

பதில்: முதலாவது காரணம் இப்பாடசாலைக்கு நான் அதிபராக வர வேண்டும் என்பது என் தந்தையின் கனவு. இரண்டாவது காரணம் இது நான் கல்வி கற்ற பாடசாலை. மூன்றாவது காரணம் எனது தாய் இங்கு கற்பித்த ஒரு ஆசிரியை. இந்த காரணங்களினாலும் நான் தூண்டப்பட்டேன்.

கேள்வி 7) உங்கள் விசேட திறமைகள் என்ன?

பதில் : நான் கற்றது சிங்கள மொழியில். கலேவல கங்கெடியாவ எனும் பாடசாலையில் ஆங்கில ஆசிரியையாக கடமையாற்றினேன். மேல் படிப்புகளை ஆங்கில மொழியில் தொடர்ந்தேன். அத்தோடு தமிழ் மொழியிலும் சிறந்து விளங்கினேன். இப்போது மூன்று மொழிகளிலும் சிறந்து விளங்குகின்றேன்.

மற்றும் நான் ஒரு resource person ஆக கடமையாற்றுகிறேன். அதாவது ministry provincial education department, zonal educational department இல் அதிபர்களுக்கும் ஆசிரியர்களுக்கும் ஒரு resource person ஆக கடமையாற்றுகிறேன்.

நிறைய work shops செய்கிறேன். அத்தோடு ஆசிரியர்களின் வாழ்மை விருத்தி பிள்ளைகளின் வாழ்மை விருத்தி போன்றவைகளை ஏற்படுத்தும் ஒருவராக கடமையாற்றுகிறேன்.

கேள்வி 8) இளம் சமுதாயத்துக்கு நீங்கள் வழங்கும் அறிவுரை என்ன?

பதில்: எங்களுக்கு அரசாங்கம், சமூகம் தந்தவற்றை திருப்பி கொடுக்குமளவு நம்மை வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். பாடசாலையின் மூலமாகத்தான் அப்பண்பு எங்களுக்கு கிடைக்கும். பாடசாலையில் இலவசக்கல்வியை பெற்ற நாம் ஏதோ ஒரு வகையில் அவற்றை திரும்ப கொடுக்க முற்பட வேண்டும் இதை Social responsibilitys என்று சொல்வார்கள். வாழ்க்கையில் முடியாது என்று எதுவுமில்லை. ஒரு குறிக்கோளோடு பயணித்தால் வெற்றி நிச்சயம்

நேர்காணல்
சஹீகா வெலிமடை
துணிந்தெழு சஞ்சிகையின் மலையக ஒருங்கிணைப்பாளர்

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

விதையால் விதி செய்வோம்

மரங்களை தின்னும் மானுடனே..!
உன் விழிகளை அடக்கிவை..,
விதைகள் விருட்சமாய் நிற்க.

மண்ணுக்கு விதைதான் உரம்..
விதைத்துக் கொண்டே இரு..
மழைக்கு மரம் தான் வரம்.

இதயங்களே...
நீ இளைப்பாற மரங்கள் இல்லை.
உன் விதியை விதையால் தொடங்கு.

ஞானிக்கு அறந்தடி தராத ஞானத்தை
மரத்தடி தந்தது..
காற்றை காசின்றி தரும்
பிச்சைப்பாத்திரங்கள் இவை.

பேசாமல் மரமாகவே
பிறந்திருக்கலாம்...
மனிதத்துவம் மனிதனுக்கு மறந்து
போனது ஏன்?

எனக்கொரு வரம் வேண்டும்.,
மறுபிறப்பில் விதையாக அல்லது
மரமாக வேண்டும்.

இனியும் விதைத்திடாமல் சுயநலமாய்
மனிதம் சுற்றித்திரிந்தால்
அழிந்து போவது மரம் மட்டுமல்ல
மனிதமும்தான்.

விதை...அதை நீ விதை.,
கிடைத்த இடத்தில்
முளைக்கும்.
விதைக்குள் இருந்து
விடியல் காண
விழித்தெழுவோம்..
விதையால் விதி செய்வோம்..

கவிதை இவனே என் காதலன்
சுப்பிரமணியம் சத்யப்ரியா
இரத்தினபுரி

எங்கள் நிலை மாறலையே

என்ன எழுதியென்ன
எங்கள் நிலை மாறலையே

எங்கள் ஏழை சமூகத்தில்
எட்டப்பன் எங்கிருக்கான் - கண்டீர்
எட்டி உதைத்திடுவீர் - அவன் மேல்
எச்சில் உமிழ்ந்திடுவீர்.

உழைப்பு குடித்திடும் அட்டைகளை
உக்கிரமான நெருப்பில் பொசுக்கிடுவீர்
உரிமைகள் பறித்திடும்
உருவங்களை
உடல்- தலை வேறாய் பிரித்திடுவீர்

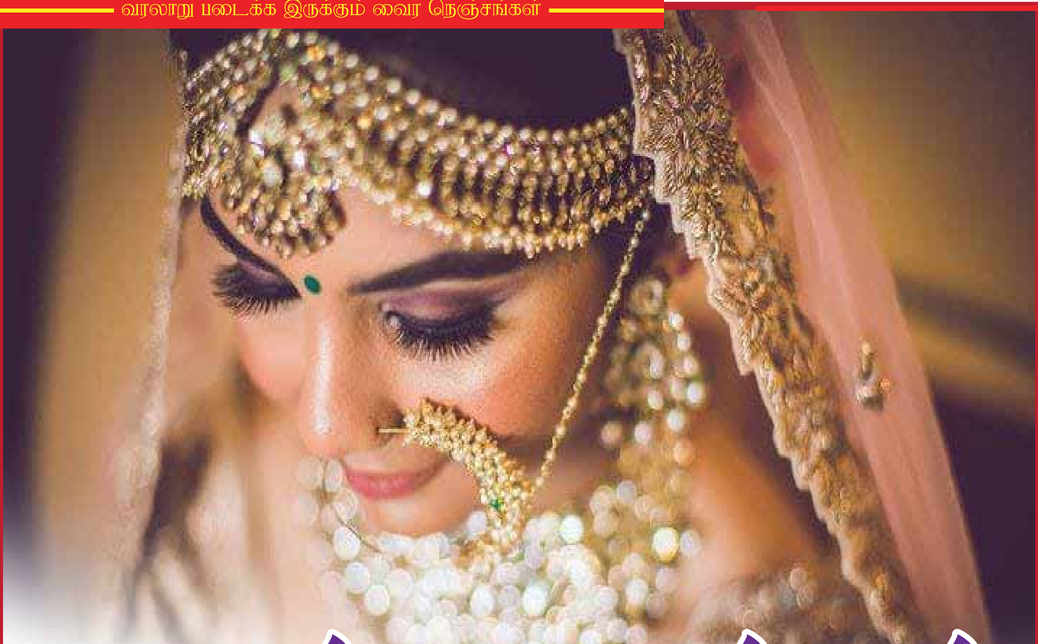
அடங்கி போக மறுத்திடுவீர்
அரசியல் காலடி வைத்திடுவீர்
ஆண்டான் - அடிமை அழித்திடுவீர்
அறம்தனை எதிர்த்தால் அகற்றிடுவீர்

மாடுகள் வேசம் போட்டு கொண்டு
ஓநாய்கள் கூட்டம் காத்திருக்கு
தனி என பிரிவது நல்லதல்ல
தமக்கென கேட்க இங்கு யாருமில்ல

ஆசை வார்த்தைகள் பேசுபவன்- இங்கு
ஆள மட்டுமே நமை நினைக்கின்றான்
அடைமழை சேர்த்திடும் வெள்ளமென
அவன் வண்டிக்கு பின்னே ஓடுகிறோம்

என்ன எழுதியென்ன
எங்கள் நிலை மாறலையே

பிரியமுடன்
குணா லக்மல்



உன் காலடிக்காய்

ஒருதலை காதலின்
ஓராண்டு விழா எடுக்க எண்ணிய
பித்தனுக்கு
இதயம் தந்து இருதலை காதலாக்கிய
இளையவளே!

ஆயிரம் குறுஞ்செய்தி அனுப்பியவனுக்கு
அரை நொடி உன் கண்ணை உற்று
பார்க்க இயலவில்லை என்ன மாயமோ?
மந்திரமோ நானறியேன்
பசு தேடும் கன்றாய்
மனமலைய
குடைத்தன்னில் இடம் தந்த
வள்ளல்பெண்ணே!

ஐயோ! நாம் போகும் பாதை நீளாதா?
உன் நிழலாவது -என் கரம் தழுவாதா?
என கேட்கும் மனத்திற்கு புத்தி
சொல்கிறது அவள் உன் வீடு வர கொஞ்ச
நாள் காத்திரு என்று

ஆக, உன் காலடிக்காய்
காத்திருக்கும் என் மாடமாளிகை
மகராணி !!!

பிரவீனா குணசீலன்.
ஹெட்டன்

கண்ணீர் துளிகளின்

நான் யார்
தனிமையின் தனித்துவம்
நான்
கண்ணீர் துளிகளின்
காதலி நான்
அன்பினை யாசகம் பெறும்
யாசகி நான்

பேசும் ஊமையாய் பிறந்த
பாவி நான்
என் பிரச்சினை அறியாத
அறிவிலி நான்
துயரத்தில் துவண்டு

போனவள் நான்
விரக்தி என்பதற்கு
விளக்கம் நான்
என் மன கேள்விக்கு

விடை தேடினேன்
நான் யார் என்று கண்டு
கொண்டேன்
சாம்பலில் உயிர்த்த
பறவை நான்

காயங்கள் மனிதனைச் செதுக்குகிறது

க. தமிதா
பொகவந்தலாவ

காத்திரு பள்ளிகூடமே...!

கவிவரிகள்
ரா.லோககிருஸ்ணகுமார்-
புஸ்ஸல்லாவ.

காலையில் வெகு வெகு வென வேகமாய் எழுந்து அரைகுறையுமாய் முகம் கழுவி! செவியோரம் சவக்காரத்துடன் வீட்டினுள் வந்தாள் வரிசையில் அடுத்ததாக தம்பி நிப்பான் திட்டிக் கொண்டே..

கிழவி எழும்பியதும் கந்தசஷ்டி தொடங்கி விடும்! ராகங்களுக்கு அம்மா எதிரும் புதிருமாய் மாமியும் மருமகளும்.

சுட்ட தோசை கருகியது தெரியாமல் அம்மா! சூளும் வார்த்தை சுட்டு விடும் என தெரியாத பாட்டி! சாமி சாமி பாடலை கேட்டு கொண்டு தங்கச்சி..

கழுத்து பட்டியை காணவில்லை என்று நான்! காரணம் இல்லாமல் கத்தும்! தன் நிழல் பார்த்து தானே குறைக்கும் நாய் கழுத்தில் சுற்றி இருக்கிறது! விசுக்கென பிடுங்கி விரலில் சுற்றி! பாதி தோசையை வாயில் வைத்து கொண்டு புத்தக பையை தோளில் சுமந்து! நகம் வெட்ட வில்லை.. விறு விறு வென ஓடி சென்றேன் காத்திருக்கும் பள்ளிக்கு...

வழக்கம் போல் கூட்டு சேர்ந்து முதல் பாடத்திற்கு மட்டும் வகுப்பில் அடுத்ததெல்லாம் இடைவேளை மேசை, கதிரை, நீர்குழாய், பதிவு என்பதெல்லாம் மறக்க முடியாத ஏட்டு சுவடுகள்! கவிதைகள், பாட்டு, கிறுக்கல், மேசைபறை என்பன எல்லாம் ஞாபக சரடுகள்

விடுமுறை நாளில் நிமிடங்கள் எல்லாம் வருடங்களானது வாரங்கள் எங்கே என்பேன்
வந்துவிட்டால் வருடங்கள் எல்லாம் நிமிடமாகியதே விடுமுறை எங்கே
என்பேன்

நீண்ட விடுமுறை வந்து விட்டதே வேண்டாம்! என்று வேதனையில் புலம்புகிறேன்..! கற்களும் புற்களும் என் பள்ளியை போர்த்திக்கொண்டே போர்வைகளாகி விடுமே

நீர் குழாய் எல்லாம் துறுப்பிடித்து கறைகள் படிந்து விடுமே! மேசை கதிரைகள் எல்லாம் இருட்டு அறையில் வெறுச்சோடிய வெட்கை ஆகி விடுமே! பூட்டுகள் பள்ளியை கைகொண்டு வலம் வருமே கவலையில் நானும் பள்ளியும்

என் சிந்தனைகள்.. !
சிலந்தி வலைபின்னலில் சிகை அலங்காரம் செய்து வைத்து இருக்குமோ கரையான்கள் தான் மேசையில் வீடு கட்டி இருக்குமோ அல்ல எலிகள் தான் சுவரட்டைகளை கொறித்து புழுக்கைகளில் புரட்சி செய்து இருக்குமோ வேண்டாம் வேண்டாம் என்னால் என் பள்ளியை அப்படி பார்க்க முடியாது

கணாக்களிலும் பள்ளிதான்! பத்திரமாய் இரு... மாதம் கடந்து சுருக்கென ஓடி வருகிறேன் நாளுக்கு ஒருமுறை உன்னை பார்த்தால் போதும் என்றாலும் கொரோனா என்ற முகமூடி கொள்ளைக்காரனிடம் அதுவும் முடிய வில்லை என்ன செய்வது

நாளிதழில் எப்போது ராசி பலனை பார்த்தாலும் மத்திமம் என்றுதான் வருகிறது எப்போது மாறுமோ எப்படி என் மனம் ஆறுமோ
காத்திரு பள்ளியே.. !

தனிமையும் நினைவுகளும்

முனீரா வாஹித்
சில்மியா புர.

தனிமையின் பொழுதுகள் எத்தனை அபூர்வமானவை. சிலருடன் கூட்டாக அமர்ந்து இனிது பேசி இன்புற்று மெய் மறந்து வாய் சிரிக்கும் தருணங்களை எல்லாம் விடுத்து, நினைவுகளோடும் நாளைய வினாக்களோடும் ஏதோ ஓர் எண்ணத்தில் தோன்றி எங்கோவோர் எல்லைக்கே கூட்டிச் சென்று ஏதாவது ஓர் இடத்தில் முற்றுப்புள்ளி வைத்து விட்டு மெதுவாய் நகர்ந்து விடும்.

நிஜங்கள் முன்னின்று கையசைத்தாலும், நினைவுகளில் நிழலாடும் நிசப்தமான நிகழ்வுகள் யாவும் தனிமைக்கே அதிகம் சொந்தமானது. இன்பம், துன்பம், இருள், ஒளி, இணைவு, பிரிவு, அண்மை, தொலைவு என்று தொடரான அம்சங்கள் பலவற்றினை உள்ளடக்கிய ஆத்மபூர்வமான அனுபவ முத்திரைகள் தான் தனிமைகளும்,நினைவுகளும் ஆகும்.

ஏதோ ஓர் வகையில் எல்லோருடைய வாழ்விலும் தனிமையான பொழுதுகள் தம்மையறியாமலே வந்து போய்க் கொண்டுதான் இருக்கின்றன. அவ்வாறான நிமிடங்களில் சிலரது நினைவுகள் சுவரஷ்யமானதாகவும்,மற்றும் சிலரது நினைவுகள் அதீத துக்கரமானதாகவும் இன்னும் பலரது நினைவுகள் இரண்டும் கலந்து, கண்ணீரை வரவழைத்து புன்னகையுடன் முடிவுறுவதாகவும் அமைந்து விடுகிறது.

துயரங்களால் சிக்குண்டு சிதறுண்டவர்களுக்கு சில வேளைகளில் நினைவு என்று வரும் தனிமைகளில் தான் மறதியின் மகிமையே புரிகிறது. மனதை விட்டகலாத சோக நினைவுகளை எண்ணி எண்ணி வருந்துவோர் எண்ணிலடங்காதோர் அணைக்க முயன்றாலும், அருகில் செல்ல விடாமல் தடுத்து அவ்வாறே அசைவுகள் இல்லாது நிறுத்திவிடும். அப்பொழுதெல்லாம் தனக்குள்ளே ஆறுதல் அளித்து அழகு காட்டும் உள்ளம் இருக்கிறதே அதுவும் வியக்கத்தக்கதோர் புனித பூமி தான். வாழ்வின் யதார்த்தமான உண்மைகளை வடிவாய் உரைத்து நிற்கும்.

வசந்தமான காலங்களால் மாத்திரம் நிறைந்ததா? இந்த மாய உலகம். இல்லவே இல்லை. இலைகள் உதிர்ந்து சருகாய் போவதும் உண்டு.
அது போலவே வாழ்த்திப் புகழ்ந்து வரவேற்போர் மாத்திரம் தான் எம்முடன் இருப்பர் என்று எங்கனம் உரைப்பது? உறவுகளும் பல நேரங்களில் துறவிகளாய் தூரமாக விரிசல்கள் உரிமையிலும் விரும்பாத பிணிகளுமாக தவணைகளாய் வந்து போகும் நாட்களும் உண்டல்லவா? நம்மவரிடத்தே.

ஒன்று மட்டும் உண்மை என்பேன். வற்றாத கண்ணீர் வனப்புமிக்க புன்னகை எமக்குள்ளே நினைவுகள் இருக்கும் வரை தானே. இவ் வையகத்தில் இறப்பு வந்து விட்டால் நினைவிழந்த நிலை தானே. அகத்தகனிலே கொட்டிக் கிடக்கும் நினைவுகளை புறத்தினிலே இலகுவாய் கிள்ளியெறிய பலருக்கு முடிவதில்லையே.

ஆனாலும் மறக்கத்தான் முடியுமோ? என்று மமதை கொண்டு, மாற்றானை வஞ்சித்து வசை பாடி வருத்தமுறச் செய்யும் மனது எப்பொழுதும் வேண்டாம். மன்னிக்கும் குணம் படைத்து நிம்மதி யாவரிடத்தும் பெருகிட மனமுவந்து வாழும் உள்ளங்களே காலமெல்லாம் தனிமையிலும்,நினைவுகளிலும் குளிர்மை காணும். தன் மனதில் குடி கொண்டிருக்கும் துயரமான நிகழ்வுகள் மற்றவர் மனதில்குடியிருக்க வேண்டாமென்று பிராத்தனை புரியும்.
(நன்நெஞ்சங்களுக்காக)

கலைத்துளிர்

எம்.ஏ.எப்.முபஸ்ஸிரா
கொழும்ப மாவட்ட ஒருங்கிணைப்பாளர்.

துணிந்தெழு சஞ்சிகை வாசகர்களுக்கு வணக்கம். துணிந்தெழு சஞ்சிகையின் புதிய முயற்சியாக கொழும்பு மாவட்டம் மற்றும் கொழும்பு பல்கலைக்கழக எழுத்தாளர்கள், கலைத்துறையில் ஆர்வமுள்ளோரின் ஆக்கங்களை கலைத்தளிர் என்ற தலைப்பில் துணிந்தெழு சஞ்சிகையானது தாங்கி வருகின்றது.

இக்கலைத்தளிருக்குள் கட்டுரை, சிறுகதை, கவிதை, புகைப்படக்கவிதை, புத்தகப்பரிந்துரை, ஓவியம், புகைப்படம் மற்றும் நற்சிந்தனை ஆகிய அம்சங்கள் உள்ளடங்கியுள்ளன. இப்பகுதியானது கலைத்துறையில் மிளிர ஆசைப்படுவோருக்கு ஒரு களம் அமைத்துக் கொடுக்கக்கூடியதாகவும் அதே சமயம் வாசகர்களுக்கு வாசிப்பதற்கு ஆர்வம் ஏற்படுத்தக் கூடியதாகவும் நிச்சயமாக அமையும் என்பதில் எவ்வித சந்தேசமுமில்லை.

கலைத்தளிர் என்னும் இப்பகுதியை முன்னெடுத்துச் செல்ல ஊக்கமும் வாய்ப்புமளித்த துணிந்தெழு சஞ்சிகை பணிப்பாளர் ஜே.எம் பாஸித் அவர்களுக்கும் கொழும்பு மாவட்ட மற்றும் கொழும்பு பல்கலைக்கழக எழுத்தாளர்கள், கலைஞர்கள், வாசகர்களுக்கு மனமார்ந்த நன்றிகளை தெரிவித்துக் கொள்கின்றேன்.

எம்.ஏ.எப்.முபஸ்ஸிரா
கொழும்ப மாவட்ட ஒருங்கிணைப்பாளர்.

நெருப்பு மனிதன் நெல்சன் மண்டேலா

உலகப் புகழ் பெற்ற அரசியல் தலைவர்களில் முக்கியமானவர் ஆவார். இவரது முழுப்பெயர் நெல்சன் ரோபிசலா மண்டேலா என்பதாகும். இவரது தந்தை சோசா பழங்குடி இன மக்கள் தலைவர் ஆவார். இவரது தந்தைக்கு நான்கு மனைவிகள் உள்ளனர். மூன்றாவது மனைவிக்கு மகனாக தென் ஆபிரிக்காவின் முவெசோ கிராமத்தில் 1918 ஆடி மாதம் 18ஆம் திகதி பிறந்தார்.

சிறுவயதில் இருந்தே குத்துச்சண்டை வீரராக அறியப் பெற்ற மண்டேலாவுக்கு மூன்று வாழ்க்கைத் துணைவிகள் இருந்தனர். இளம் வயதில் ஆடு, மாடு மேய்த்துக் கொண்டு

பள்ளிக்கூடத்தில் படித்தார். இவரின் பெயரின் முன்னால் உள்ள "நெல்சன்" என்ற பெயர் இவர் கல்வி கற்ற பள்ளியின் ஆசிரியரால் சூட்டப்பட்டது என்பது குறிப்பிடத்தக்கதாகும். 1941 ஆம் ஆண்டு ஜோகனஸ்பேர்க் சென்று பகுதி நேரத்தில் சட்டக்கல்வி கற்றார். தென்னாபிரிக்காவில் 80மூ கறுப்பர்கள் பூர்வீக குடிகளாக காணப்பட்டனர். ஆங்கிலேய ஆதிக்கத்திற்கு உட்பட்ட ஆபிரிக்காவில் கறுப்பர்கள் அடிமைகளாக கொடுமைப்படுத்தப்பட்டனர்..

அத்தோடு ஆங்கிலேயர் "இன ஒதுக்கல்" கொள்கையை பின்பற்றினர். ஆபிரிக்கர் சொந்த நாட்டில் இருந்து வேறொரு இடத்திற்கு சுதந்திரமாக செல்ல முடியாது. அவ்வாறு போவதற்கு வெள்ளை முதலாளிகளிடம் அனுமதி பெற வேண்டும். வாக்குரிமை, பதவி, அதிகாரம் என்பது வெள்ளை நிறத்தவருக்கு மட்டுமே உரியனவாக இருந்தன.

"இனவாதத்தை நான் வெறுக்கிறேன். அது கறுப்பு மனிதரிடமிருந்து தோன்றினாலும் சரி வெள்ளைநிற மனிதரிடமிருந்து எழுந்தாலும் சரி இனவாதம் காட்டுமிராண்டித்தனமானதே" என்று மண்டேலா முழக்கமிட்டார். இனவாதமும் ஒடுக்குமுறையும் அரசின் ஆதரவுடன் அரங்கேறுவதை அறிந்து கொண்ட மண்டேலா இதற்கு எதிராக போராடுவதற்காக அரசியலுக்குள் நுழைந்தார்.

ஆபிரிக்க தேசிய காங்கிரஸில் சேர்ந்து கொண்டார். இதுவே இவரது இன ஒதுக்கல் கொள்கைக்கு எதிரான முதலாவது அரசியல் பயணமாக காணப்பட்டது. இன ஒதுக்கல் முறைக்கு எதிராக அறப்போர் மூலம் போராடி உரிமைகளைப் பெற முடியாது என உணர்ந்த மண்டேலா ஆயுத வழிமுறையை நாடினார். 1961 ஆம் ஆண்டு ஆபிரிக்க தேசிய காங்கிரஸின் ஆயுதப்படை தலைவனாக உருவெடுத்தார். 1961 மார்கழி 16 ஆம் நாள் இனவெறிக்கு எதிரான முதலாவது தாக்குதல் மண்டேலா தலைமையில் நடத்தப்பட்டது. 1962 ஆனி 5 ஆம் நாள் இவர் தங்கியிருந்த பகுதிக்குள் மாறு வேடமணிந்து புகுந்த

காவல்துறையினரால் சுற்றிவளைக்கப்பட்டு கைதாகினார். அரசுக்கு எதிராக புரட்சி செய்தமை, அமைதியை குலைத்தமை, கலகத்தை உருவாக்கியமை என முக்கியமான குற்றச்சாட்டுகள் முன்வைக்கப்பட்டன. இது ரிவோனியா வழக்கு என குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது. தென்னாபிரிக்க அரசைக் கவிழ்க்க முயன்றதாக அவர் மீது குற்றம் சாட்டப்பட்டு 1964 ஆம் ஆண்டு ஆனி 12 ம் நாள் ஆயுள் தண்டனை விதிக்கப்பட்டது. அன்று ஆரம்பித்த அவரின் சிறை வாசம் 27 ஆண்டுகளாகத் நீடித்தது.

உலக வரலாற்றிலேயே மண்டேலாவை போல இவ்வளவு நீண்ட காலம் சிறையில் வாடிய தலைவர்கள் யாரும் கிடையாது. பல ஆண்டுகள் தனிமைச் சிறையில் அடைத்து வைக்கப்பட்டதோடு மனைவியை சந்திப்பதற்கு கூட அனுமதி மறுக்கப்பட்டது. 1988 ம் ஆண்டு கடுமையான காச நோய் ஏற்பட்டு மரணத்தின் எல்லைக்கே சென்றார். அதனால் வீட்டுச்சிறைக்கு மாற்றப்பட்டார். மண்டேலா 1990 மாசி 11ஆம் திகதி சிறையில் இருந்து விடுவிக்கப்பட்டார். மண்டேலாவை வரவேற்க உலகம் முழுவதும் ஏற்பாடுகள் நடந்தன.

இந்தியா சார்பாக பிரதமர் வி.பி. சிங் தலைமையில் வரவேற்புக் குழு

அமைக்கப்பட்டது ஆபிரிக்காவில் நிலைபெற்றிருந்த கொடுமையான இன ஒதுக்கல் கொள்கையை ஒழிப்பதற்காக போராடி மக்கள் வாழ்வு நலம் பெற பாடுபட்டதால் மண்டேலாவுக்கு 1993 மார;கழி 10 ஆம் திகதி நோபல் அமைதிப் பரிசு வழங்கப்பட்டது.

1994 வைகாசி 10 ம் தென்னாபிரிக்காவின் அதிபரானார். நெல்சன் மண்டேலா தென்னாபிரிக்காவின் முதலாவது கறுப்பின ஜனாதிபதியாக தெரிவு செய்யப்பட்டு பதவி வகித்ததன் பின்1999 இல் பதவியை விட்டு விலகினார். அடக்குமுறையாளருக்கும் அடக்கப்பட்டவர்களுக்கும் இடையே இணக்கப்பாட்டை ஏற்படுத்தும் வகையில் "உண்மையும் நல்லிணக்கப்பாட்டுக்கான ஆணைக்குழுவை உருவாக்கினார். இதனூடாக உண்மை,நியாயத்தை பெறுவதற்கான முறைமையை உருவாக்கினார்.

இவரது சாதனைகள்

- இளம் வயதிலிருந்தே மண்டேலா பலவிதமான கௌரவிப்பு களையும் சிறப்புகளையும் பெற்று விளங்கினார்.
- லீட்ஸ் பல்கலைக்கழகத்தில் புதிதாக கண்டுபிடிக்கப்பட்ட ஒரு முக்கிய கதிர்வீச்சிற்கு "மண்டேலா கதிரொளி" என்று பெயர் சூட்டி பெருமை படுத்தப்பட்டார்.
- 1975 லண்டன் பல்கலைக்கழகத்தின் மாணவர் சங்கத்தின் கௌரவ ஆயுள் உறுப்பினராக மண்டேலா ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்டார்.
- 1981 இங்கிலாந்தின் கிளாஸ்கோ நகரின் சுதந்திர சாசனம் மண்டேலாவுக்கு அளிக்கப்பட்டது. அதற்கான பத்திரத்தை மண்டேலா சார்பாக நைஜீரியாவின் துணை தலைவர் பெற்றுக் கொண்டார்.
- பிரிட்டனில் ஹல் நகரில் உள்ள பூங்கா மண்டேலா பூங்கா என பெயர் பெற்றது.
- 1986 தென் ஆபிரிக்காவின் தேசிய சுரங்கத் தொழிலாளர்கள் யூனியன் மண்டேலாவை கௌரவ ஆயுள்கால தலைவராக தேர்ந்தெடுத்தது.
- 1990 இந்தியாவின் மிக உயர்ந்த விருதான பாரத ரத்னா பட்டம் அவருக்கு வழங்கப்பட்டது.
- 2001 ஆம் ஆண்டில் இந்தியாவின் புதுடில்லியில் சர்வதேச காந்தி அமைதிப் பரிசு வழங்கப்பட்டது.
- உலக சமாதானத்துக்காக மண்டேலா ஆற்றிய சேவைகளைப் பாராட்டி அவர் சிறையில் இருக்கும்போதே இந்திய அரசு "நேரு சமாதான விருது" வழங்கியது.
- நெல்சன் மண்டேலாவின் பிறந்த நாளான ஆடி 18 ஆம் திகதியை சர்வதேச நெல்சன் மண்டேலா தினமாக ஐக்கிய நாடுகள் சபை அறிவித்துள்ளது.

வரலாற்றில் இடம்பெற்றுள்ள வேறு எந்த தலைவருக்கும் கிட்டாத வரவேற்பும் கௌரவமும் உலகமெங்கும் மண்டேலாவக;கு கிடைத்து வந்திருப்பதை அவரது வரலாறு பறைசாட்டுகின்றது. மக்களின் உரிமைகளுக்காகவும் மனித வர்க்கத்தின் முன்னேற்றத்திற்காகவும் தன்னலம் துறந்து அயராது பாடுபட்ட இலட்சியவாதியாக நெல்சன் மண்டேலா திகழ்கிறார். 2013 மார்கழி 5 தனது 95 வது வயதில் அகவையில் காலமானார்.

ஜெளபர் நஸீஹா
கொழும்பு பல்கலைக்கழகம்
இரண்டாம் வருடம்

M.N.Aysha
University of Colombo

இலக்கை வெற்றி பெற...

பாத்திமா ஸுமையா ஹைருஸ் ஸமான்
கொழும்பு பல்கலைக்கழகம்
இரண்டாம் வருடம்

உங்களுடைய இலக்கு மீது பூரண நம்பிக்கை வையுங்கள், இலக்கு குறித்து தெளிவு இருக்க வேண்டும். எதையும் நாளை செய்வோம் என்று தள்ளிப் போடாதீர்கள், மன உறுதியோடு வாழ்க்கையை முன்னெடுங்கள். ஒவ்வொரு செயலையும் திட்டமிடலுடன் செயற்படுத்துங்கள். தடைகளை உடைத் தெறிந்து புதிது புதிதாக கற்றுக் கொள்ளுங்கள். மற்றவர்களின் குறைகளை கண்டுபிடிப்பவன் தனக்கு தானே குளிபறித்துக் கொள்கிறான் என்ற யதார்த்தத்தை புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

பிறரால் ஏற்பட்ட வலிகள் எமது மாற்றத்திற்கான படிக்கற்கள், அனைத்து வலிகளும் நம்மை பக்குவபடுத்தவே என்று புரிந்து கொண்டு வலிகளையும் இடையூறுகளையும் தாண்டிச் செல்பவர்களால் தான் இலக்கையும், குறிக்கோளையும் அடைய முடியும்.

அவமானங்களை தாங்கும் மன உறுதி இருக்க வேண்டும், தன்னம்பிக்கை, தெளிவு, துணிச்சல் இந்த மூன்றும் இலக்கை நோக்கி வழி நடத்தும்.

நீங்கள் வாழ்வதைப் பார்ப்பதற்கான வாய்ப்பினை உங்கள் துரோகிக்கு வழுங்குங்கள் அவர்களை வஞ்சம் தீர்த்துக் கொள்வதற்கு அல்ல அவர்கள் செய்த துரோகத்தில் நாம் வீழ்ந்து விட வில்லை என்று உணர்த்திட. தன்னம்பிக்கையோடு தடைகளை தாண்டி சாதனைகளை படைக்க முயற்சிகளை மேற்கொள்வோம், வெற்றிப்படிகளாக மாற்றுவோம் மாற்றியமைப்போம் வாழ்க்கையில் மாற்றங்களைக் கண்டு கொள்வோம்!

முதுமை என்பது ஒரு வளம்

புகைப்படம் - Inosha Erandhi

நிப்லா தாஹா
கொழும்பு பல்கலைக்கழகம்
இரண்டாம் வருடம்

இறைவனின் அற்புதப் படைப்பான, வளங்களில் எல்லாம் மேம்பட்டு விளங்கும் அறிவாற்றல் நிறைந்த வளமே மனித இனம். மானிட வாழ்க்கை கருவிலிருந்து ஆரம்பித்து கல்லறை செல்லும் வரை பல கட்டங்களாய் நிகழும். ஒன்றே... பால்முக குழந்தையாய் பிறந்து ஓடித் திரியும் சிறுவனாகி, வளர்ந்து இளைஞனாகி, படிப்படியாய் முதுமை எனும் நிலையை அடைந்து முடிவினை அதுவாய் அடையும் வாழ்வே மனித வாழ்வு.

வாழ்க்கைப் படிமுறை மறுக்க முடியாத சுழற்சி... அதிலும் முதுமை என்பது எல்லோர்க்கும் கிடைக்காத ஒரு பாகம்... பிறக்கின்ற எல்லோரும் வேண்டுகின்ற ஒன்றே "சாவற்ற வாழ்வும் நீண்ட ஆயுளும்..." இங்கு வேண்டாமல் வேண்டப்படும் ஒன்றே முதுமை. தனக்காய் வேண்டி கேட்கப்படும் முதுமையை பிறர் அடைந்து கொள்ளும் போது அதனை பாரமாய், பெரும் சுமையாய் பார்க்கின்றது உலகம்.... மற்றவர் எய்தின் சுமையென நினைக்கும் ஒன்றை தான் அடைய முயற்சிக்க மனிதன் நினைப்பது ஏனோ....

தோல் சுருங்கி, மயிர் நரைத்து, எடை குறைந்து, உடல் நலிந்து, இளமை குறைவது என்னவோ முதுமை என தோற்றத்தில் அடையாளப்படுத்தப்பட்டாலும் அகத்திலும் அறிவாற்றல் அனுபவத்திலும் அன்பு, பாசம் சகிப்பிலும், பண்பாட்டிலும் என பலதிலும் முழுமை அடையும் அற்புதத் தருணமே முதுமை. உலகெங்கும் முதுமையடைதல் அதிகரித்துச் செல்ல அவர்களை பொருளாதாரத்தின் சுமையென பலரும் முனைகின்றனர். ஆனால் உலகின் பெருமளவு பொருளாதாரத்திற்கு பங்களிக்கும் சமூகமாய் திகழ்கின்றது மட்டுமின்றி சந்தைகளை மாற்றும் பொருளாதாரத்தை தூண்டும் ஒரு சக்தியாக முதியோர் சனத்தொகை விளங்குகின்றது என்பது மறுக்க இயலாத உண்மையே.... ரெய்ன்ஹார் என்பவர் முதியோர் தொகையை "கண்ணுக்குத் தெரியாத தொழிலாளர்கள்." என்றார். ஏனெனில் அவர்களின் சேவைகளை மறைமுகமாக பல வழிகளிலும் சமூகம் பெற்றுக் கொள்கின்றது என்பது நிதர்சனமான உண்மையாகும்.

ஊழியப் படையினரின் வழிகாட்டியாகவும் அவர்களின் சேவையை வழங்க துணை நிற்கும் ஊன்றுகோளாகவும் அவர்களின் வீட்டிற்கு காவலர்களாகவும் தங்கள் பிள்ளைகளின் குழந்தைகளுக்கு விளையாட்டு தோழர்களாகவும் கதைக் கூடமாவும் இருப்பது என்றும் முதியவர்களே... அனுபவத்தின் நீரூற்றாய் திகழும் முதுமையின் பணி தனிமனிதன், வீடு, சமூகம் நாடு தாண்டி முழு உலகிற்கும் அரசியல், சமூக, பொருளாதார, சமய, கலாசார மற்றும் பண்பாட்டு ரீதியில் என பல வழிகளிலும் பங்களிக்கின்ற ஒரு வளமான வளமே முதுமை..

இப்படிப்பட்ட சமூகம் நம்மிடமிருந்து எதிர்பார்க்கும் அன்பு, பாசம் மற்றும் அரவணைப்பினை வழங்கி அவர்களின் இயலாமைக் காலத்தில் ஒரு குழந்தையை போல் பராமரிப்பது நம் ஒவ்வொருவரினதும் கட்டாயக் கடமை ஆகும்.

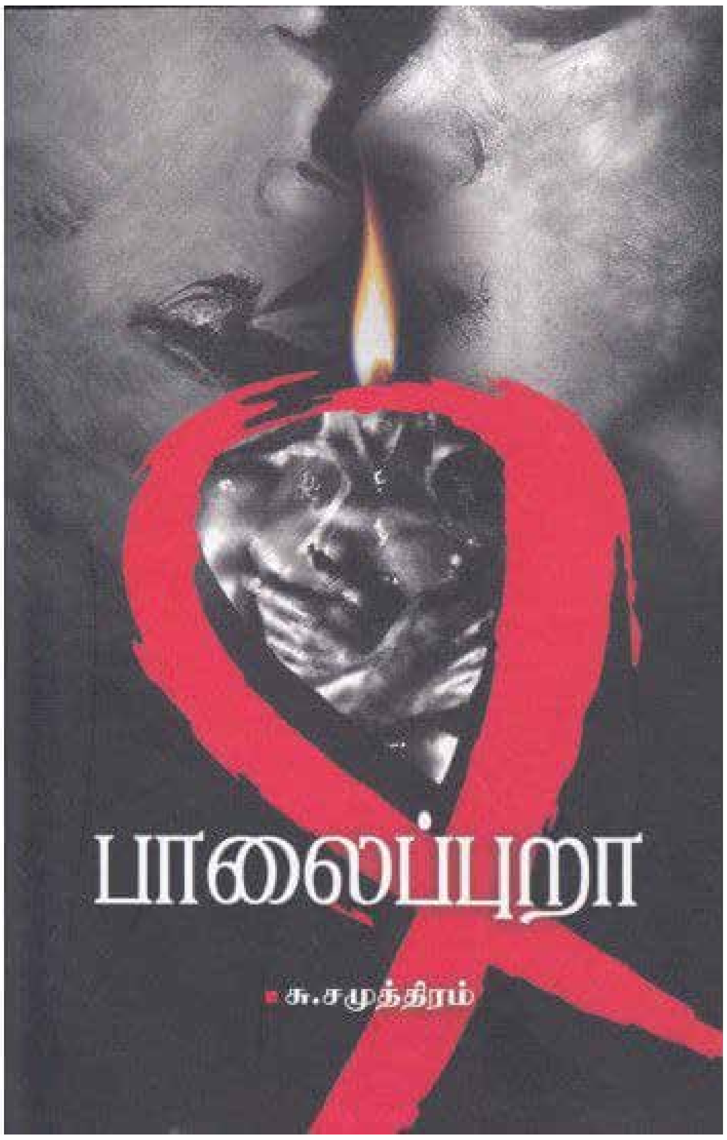
மனிதனும் பறவையும்

கூண்டிலிருந்து வெளியே வந்த பறவை
முன்னால் மண்டியிட்டான் மனிதன்
மன்னிப்பு கேட்க! ... நீ இப்போ
ஒரு சுதந்திரப் பறவை என்றான் !
நான் எப்போதுமே சுதந்திரப் பறவைதான்
எனக்கு எல்லைக் கோடு என்று எதுவும்
இல்லை விண்ணில் பறக்க !

உன்னைப் போல் எனக்கு பாஸ்போர்ட்
விசா என்று எதுவும் தேவை இல்லை
எனக்கு எந்த மண்ணிலும் தரை இறங்க !
சொன்னது பறவை !
இப்போதும் மனிதன் குனிந்தான்
மண்ணில் தன் முகம் பதித்தான்
வெட்கத்துடன் !

கவி வரிகள் - சாயிபிரியங்கா ரஞ்சித்
கொழும்பு பல்கலைக்கழகம்
புகைப்படம் - சபினாஸ் மகேந்திரன்

நான் விரும்பும் புத்தகம்



நான் விரும்பும் புத்தகம் பற்றி குறிப்பிட முன்னால் இங்ஙனம் பிரான்சிஸ் பேக்கனின் கூற்று என் சிந்தைக்குள் எழுகின்றது. “சில புத்தகங்களை சுவைப்போம். சிலவற்றை அப்படியே விழுங்குவோம், சில புத்தகங்களை மென்று ஜீரணிப்போம்.“ இவை எல்லாவற்றையும் ஒரே புத்தகத்திற்குற்குள் அனுபவித்தேன் என்றால் நம்புவீர்களா? ஆமாம் சுவைத்து, விழுங்கி, ஜீரணித்து, மூழ்கி, தத்தளித்து... இறுதியில் எப்படியோ கரை கண்ட ஒரு நாவல் தான் சு.சமுத்திரத்தால் எழுதப்பட்ட பாலைப்புறா எனப்படும் நாவல்.

சரி நாவலுக்குள் போகலாம். வெள்ளையன்பட்டி எனப்படும் ஒரு கிராமத்திற்கு மகளிர் சங்கத்தால் பிரசவ மருத்துவமனை கட்டும் ஏற்பாடு செய்யப்பட்டிருந்தது. ஆனால் சில கிராமத்து விவேகிகள் ஒன்றுசேர்ந்து இதனை நிறுத்துவதற்காக சதி திட்டம் செய்தனர். ஆனால் அதையும் தாண்டி அடிக்கல் நாட்டு

விழா செவ்வனே நடந்தது. அவ்வாறு கட்டப்பட்ட மருத்துவமனையில் ஒரு பகுதியில் வெளிநாட்டு நிதியுதவியினால் மருத்துவ முகாம் ஆரம்பிக்கப்பட்டு அங்கே எயிட்ஸ் நோய் தொடர்பான விழிப்புணர்வுகளும் பரிசோதனைகளும் மேற்கொள்ளப்பட்டு வந்தன. இதற்கு தலைமை நம் கதையின் நாயகி கலைவாணி இவளை கரம்பற்ற காத்திருந்தான் கதாநாயகன் மனோகர். எயிட்ஸ் என்பது ஒருவகை தொற்று நோய். எச். ஐ. வி என்கின்ற இந்நோய் கிருமியின் பெயர் எச்.ஐ.வி என்கிறது ஹியூமன் இம்யூனோ டிபீஸியன்ஸி (Human immunodeficiency viruses) வைரஸ் ஆகும்.

அதாவது மனிதனின் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை முறியடிக்கும் கிருமி. இந்த கிருமி நோயை பரப்புவதில்லை. ஆனால் நம் உடம்பில் இருக்கின்ற எதிர்ப்பு சக்தியை தகர்த்து எல்லா கிருமிகளும் உடம்புக்குள் வருவதற்கு வாசலில் வழி விடும். இந்த கிருமிகள் பல்கிப் பெருகி எங்களுடைய எதிர்ப்பு சக்தியை தடுத்து விட்டால் எந்த நோயும் வரும். ஆனால் வந்த நோய் உயிரோடுதான் போகும். இதனால் இந்த கிருமி சிறிய ஊக்கியாக இருந்து பல நோய்களுக்கு ஒரு கூடாரமாகின்றது. அதனால் தான் இதற்கு அகொயர்டு இமினோ டிபிஸியன்ஸி சின்ரோம் என்று பெயர். இதன் சுருக்கம் தான் எயிட்ஸாகும் அகொயர்டு என்றால் தாமதமாக தருவித்து கொள்கின்ற நோய் என்று பொருள்.

இந்த நோயானது மனோகருக்கு வந்திருப்பதாகவும் அவனை திருமணம் செய்துகொண்டால் கலைவாணிக்கும் வரும் என்பதை அறிந்து டாக்டர் சந்திரா மனோகரிடம் திருமணத்தை நிறுத்துமாறு கூறுகின்றார். ஆனால் அதற்குள் சதி இருப்பதாக எண்ணிய மனோகர் சந்திராவின் கூற்றையும் மீறி கலைவாணியை திருமணம் செய்து கொள்கின்றான். இதனால் கலைவாணிக்கும் எயிட்ஸ் தொற்றுகின்றது. அதன் பின்பு கலைவாணியினுடைய வாழ்க்கையில் ஏற்பட்ட மாற்றமும் மனோகருடைய வாழ்க்கையில் ஏற்பட்ட மாற்றமும் எவ்வாறு காணப்படுகின்றது என்பதே கதையாக காணப்படுகின்றது. எயிட்ஸினால் பாதிக்கப்பட்ட மனோகர் மூலமாக இன்னும் பலருக்கு நோய் பரவுகின்றது. இதனால் அவர்களது வாழ்க்கை சீர்குலைந்து சின்னாபின்னமாக மாறிவிட்டது. ஆனால் கலைவாணியோ அவள் போலவே எயிட்ஸினால் பாதிக்கப்பட்ட இன்னும் பலருக்கு தன்னுடைய வாழ்க்கையை அர்ப்பணித்து போராடுகிறாள். இவ்வாறு இருவருடைய வாழ்க்கையும் வெவ்வேறு திசையில் பயணிக்கின்றது.

எய்ட்ஸ் நோயினால் பாதிக்கப்பட்ட ஒருவனை சமுதாயம் எவ்வாறு பார்க்கிறது. இந்த சமூகத்தினால் அவன் என்னென்ன இன்னல்களையும் எவ்வாறான மன உளைச்சலுக்கும் ஆளாகின்றான் என பல்வேறு கோணங்களிலும் கதையாசிரியர் கதையை தொட்டுச் செல்கின்றார். இதன் மூலமாக மக்களுடைய மனதிலும் மாற்றங்கள் ஏற்பட வேண்டும். அதே சமயத்தில் நோயினால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் எவ்வாறு நடந்து கொள்ள வேண்டும். போன்ற சமுதாய கருத்துக்களையும் எடுத்துக் கூறுகின்றார். கதையின் மூலமாக நாவலாசிரியர் மக்களுக்கு பல்வேறு விதமான படிப்பினைகளையும் அதேசமயத்தில் எய்ட்ஸ் நோய் சம்பந்தமாக ஒரு பாரிய விழிப்புணர்வையும் மக்களுக்கு ஏற்படுத்துகின்றார்.

கதையை வாசிக்கும் பொழுது மனதின் எண்ணங்கள் தள்ளாடி வெந்து தனிந்து போராடி வெளிவருவதற்கு கஷ்டப்படும் என்பது நிதர்சனமான உண்மையாகும். கதையைப் படித்த பின்பு என்னுடைய மனமும் உடலும் அதில் இருந்து மீண்டு வருவதற்கு நீண்ட நேரம் எடுத்தது. கண்ணீரோடும் அதேசமயத்தில் மனதில் பாரத்தோடும் இந்நாவலினை மூடி வைத்தேன். நிச்சயமாக நீங்களும் ஒரு வாசகராக இருப்பீர்களாயின் இக்கதையை ஒருமுறையேனும் வாசித்து பாருங்கள். நீங்களும் அதற்குள் மூழ்கி ஸ்தம்பித்து கண்ணீரோடு வெளியே வருவீர்கள் என்பது ஆணித்தரமாக நான் உறுதியாக கூறுவேன்.

எம்.ஏ.எப். முபஸ்ஸிரா
கொழும்பு பல்கலைக்கழகம் மற்றும்
கொழும்பு மாவட்ட ஒருங்கிணைப்பாளர்.

வாழ்க்கை படிகள்

புகைப்படம் - சபினாஸ் மகேந்திரன்

ரூபஷாலினி ராஜ்குமார்
(கொழும்பு 06)

ஏன் இப்படி
ஏன் இப்படி படிகள்
சுழலும் சக்கர படிகள்
சுற்றும் சுழலும் காற்றின் எதிராக
முற்றும் முழுதாக முயற்சிகள் கைசேர
உச்சி உயரத்தை உவப்புடன்
அடைந்திட்டோம் என களிப்புடன் நினைக்க
சுற்றி கீழே அதள பாதாளத்தில்
கையறு நிலையில் வீழ்ந்தே பட்டாலும்

கோட்டை வாசலில் கொடி நட முயற்சியில்
அகழியின் ஆழத்தில்
சுற்றும் கூரிய பற்களுடன் மிகப் பெரிய
முதலைக் கூட்டம் விழுங்க ஆசையுடன்
சுற்றி சுழன்றாலும்

கையே துடுப்பாய் நாமே படகாய்
நீந்தி தப்பித்து கரை சேர
கோட்டை கதவுகள் உட்புறம் தாழிட
உடும்பின் உதவியால்
உடும்பு போல் கொள்கையின் உதவியால்
கோட்டையை உடைத்து மேலே
மதில் ஏறி வெற்றி கொடி நாட்டி

காயங்கள் ஆழம் எனினும்
வெளி நாட்டினர் நம்மை ஆள அடிமை செய்ய
ஒரு நொடியும் அனுமதியோம்

வாழ்க்கை பாதையின் கரடுமுரடான
படிக்கட்டை
எடுத்து புதிதான வடிவில் மின் தூக்கி
அமைத்து சுயநலம் அற்ற பொது நலம்
காக்கும் என்றும் துணிவுடன்
வழித்தடம் அமைத்து

சுற்றி பகையை நொறுக்கி
கல்குவியல் ஆக்கி
அதை கால் அடியில் போட்டு பாதை
அமைப்போம்.
கையறு நிலையில் இல்லை பெண்ணே நீ
கைதூக்க தன்னம்பிக்கை போதும்
வென்று விடுவோம் வாழ்வை

உங்கள் திறமைக்கான அடையாளத்தை வெளிப்படுத்த தக்க தருணம் இது.. உங்கள் சொந்தங்களினதும் திறமையான படைப்புகளையும் ஆக்கங்களையும் எமக்கு அனுப்பி வையுங்கள்

உங்களது ஆக்கங்களை colombodistrict04@gmail.com என்ற மின்னஞ்சல் முகவரிக்கு அனுப்பவும்.

துணிந்தெழு
வரலாறு படைக்க இருக்கும் வைர நெஞ்சங்கள்
Sky Tamil Media Network (Pvt)Ltd
20 ஆவது
துணிந்தெழு சஞ்சிகை
CLICK HERE
#Thuninthelu
www.skytamilmedia.com

நூல் விமர்சனங்கள் மூலம் சர்வதேச புகழ் பெற்ற நூலாசிரியர்களின் பாராட்டை பெற்று வரும் இலங்கை பூர்விகத்தை கொண்ட சிறுமி மர்யம் ஜெஸீம்

இலங்கையின் கிழக்கு மாகாணத்தில் உள்ள சாய்ந்தமருதை பூர்விகமாகக் கொண்ட ஒன்பதே வயதுடைய சிறுமி மர்யம் ஜெஸீம் பன்முக ஆளுமைகளை தன்னகத்தே கொண்டவர். தற்போது இங்கிலாந்தில் வசித்து வருகிறார்.

அண்மையில் இங்கிலாந்தில் உள்ள பிரபல சன்மார்க்க போதகர், பன்னூலாசிரியர் அஸ் ஷேய்க் ஆஸிம் கான் அவர்கள் எழுதி டொய்ரிஸ் மீஆஹ் அவர்களின் தயாரிப்பில் வெளியாகிய சிம்பிள் சீராஹ் (பெருமானார் முஹம்மது நபி ஸல் அவர்களின் வாழ்க்கை வரலாறு பற்றிய நூல்) எனும் பெயரிலான நூலின் பொது வெளியீட்டுக்கு முன்பான 'விமர்சன செவ்வி நிகழ்வுக்கு' அதி வயது குறைந்த நூல் விமர்சகராக விசேட அழைப்பை ஏற்று கலந்து கொண்டு அந்த நூல் பற்றிய விமர்சனங்களை வழங்கி பாராட்டுக்களை பெற்று கொண்டதுடன் நூலாசிரியரின் கையொப்பமிட்ட விசேட நூல் பிரதிகளையும் பெற்றுக் கொண்டார்.

அத்துடன் ,
சென்ற ஒக்டோபர் மாதம் லண்டனில் நடைபெற்ற, உஸ்தாத் சாபிர் ஹசன் அவர்கள் அல்குர்ஆனில் உள்ள சூராஹ் யூசுப் வழங்கும் படிப்பினைகளை வழி காட்டியாக கொண்டு அழகிய பொறுமை எனும் தலைப்பில் எழுதிய (பியூட்டிபுள் பேசன்ஸ்) நூல் வெளியீட்டு நிகழ்விலும் கலந்து கொண்டு "சூரா யூசுப்' இன் ஆரம்ப வசனங்களை ஓதி, அந்த நிகழ்வை ஆரம்பித்து வைக்க வாய்ப்பளிக்கப்பட்டதுடன் அந்த நூல் பற்றிய விமர்சனம் மற்றும் சூரா யூசுப் பற்றிய தப்ஸீர் புதிர் போட்டியிலும் கலந்து கொண்டு வெற்றி ஈட்டி நிகழ்வை சிறப்புறச் செய்து பலரதும் பாராட்டை பெற்றுக் கொண்டதுடன் நூலாசிரியரின் கையொப்பமிட்ட விசேட நூல் பிரதிகளையும் பரிசாக பெற்றுக் கொண்டார்.

இது தவிர, திறனாய்வு முஸ்லீம் துறையில் பல சர்வதேச விருதுகளை தன்வசமாக்கி 2014 இல் உலகின் 500 பெரும் செல்வாக்கு மிக்கவர்களின் பட்டியலில் இளம் வயதில் இடம்பிடித்தவவருமான தன்சானியாவை பூர்விகமாக கொண்டு தற்போது குடும்பத்துடன் அமெரிக்காவில் வசித்து வரும் நூலாசிரியர் முஹம்மது பாரிஸ் அவர்கள் எழுதிய

திறனுள்ள முஸ்லீம் என பொருள்படும் "ப்ரொடக்ட்டிவ் முஸ்லீம் " என்ற தலைப்பிலான நேர முகாமைத்துவத்தை, இஸ்லாமிய வாழ்வியலின்

ஊடாக சிறப்பாக முன்னெடுப்பது பற்றிய பல்வேறு வழிகாட்டல்கள் மற்றும் தகவல்களை உள்ளடக்கிய பெறுமதிமிக்க நூலை, மர்யம் ஜெஸீம் தனது நான்கு வயது மட்டுமே பூர்த்தியாகிய நிலையில் தனது ஓய்வு நேரங்களில் தானாக ஆர்வம் கொண்டு படித்து அந் நூல் பற்றிய நூல் விமர்சனத்தை தனது யூடியூப் தளத்தில் வெளியிட்டிருந்ததன் மூலம் உலக பிரசித்தி பெற்ற நூலாசிரியர் முஹம்மட் பாரிஸ் அவர்களின் பிரத்தியேக வாழ்த்து செய்தியையும் பாராட்டுதல்களையும் பெற்றும் இருந்தார். அதுமட்டுமன்றி, ஒரு மில்லியனுக்கும் அதிகமான ஆதரவாளர்களை கொண்ட அவரது முகநூல் பக்கத்திலும் அதி வயது குறைந்த ப்ரொடக்ட்டிவ் முஸ்லீம் புத்தக ஆர்வலர் மர்யம் ஜெஸீம் என குறிப்பிட்டு நூலாய்வு காணொளியை பகிர்ந்து ஆதரவு வழங்கவும் கேட்டிருந்தார் .

இவைகள் தவிர, கடந்த ஆண்டுகளில் பிரபல சன்மார்க்க போதகர் முப்தி மென்க் அவர்கள் வெளியிட்ட 'மோட்டிவேஷனல் மொமெண்ட்ஸ்' எனும் உத்வேகம் தரும் தருணங்கள்" மற்றும் உஸ்தாத் இசாக் ஜெசாட் அவர்கள் எழுதிய "அல் குர் ஆனை மனனம் செய்வதற்கான 365 உத்திகள்" அடங்கிய நூல்களின் விமர்சனங்களை செய்து நூலாசிரியர்கள் கவனத்தை ஈர்த்ததும் குறிப்பிடத்தக்கது.

அத்துடன், 2020 ஆம் ஆண்டில் திடீரென உருவான கோவிட் நெருக்கடியால் நாளாந்த செயற்பாடுகளும் பாடசாலைகளும் முடக்கப்பட்ட போது

"எபிக்" நிறுவனமும் பாடசாலை மாணவர்களுக்கு இலவசமாக வழங்கிய இலத்திரனியல் நூலகத்திலிருந்து பாடசாலைகள் முடக்கப்பட்டு மீள்

திறக்கப்பட்ட ஐந்து மாத காலப்பகுதிக்குள் 312 நூல்களை வாசித்தமைக்காக எபிக் நிறுவனமும் சான்றிதழ் வழங்கி பாராட்டி இருந்தது .

நூல் வாசிப்பில் அதி தீவிர கவனம் செலுத்தி வரும் மர்யம் ஜெஸீம் இரண்டு வயதில் இருந்தே வாசிப்பு தொடர்பான ஊக்குவிப்பு நிகழ்வுகளில் கலந்து கொண்டு சான்றிதழ்களையும் பதக்கங்களையும் தொடர்ச்சியாக பெற்று வந்துள்ளார் .

கடந்த ரமளானில், பிரபல இஸ்லாமிய தொலைக்காட்சி சேவை நிறுவனமான இஸ்லாம் சணல் நடாத்திய தேசிய கிராஅத் போட்டி தொடரில் வென்று ஐக்கிய ராஜ்ஜியத்தின் "அதி சிறந்த காரியாவாக மகுடம்" சூட்டப்பட்ட மர்யம் ஜெஸீம் எதிர்காலத்தில் அல் குர்ஆனை மனனமிட்டு "ஹாபிழாவாக" பரிணமிக்க முயற்சி எடுத்து வருகிறார்.

சர்வதேச மற்றும், தேசிய போட்டிகளில் கலந்து கொண்டு வெற்றி பெற்று பல விருதுகளை பெற்றுள்ளார். இங்கிலாந்து மற்றும் எகிப்தில் உள்ள இஸ்லாமிய தொலைக்காட்சி சேவைகளில் தொடர்ச்சியாக அழைப்பு ஒதுனராக பங்கு கொண்டு தஜ்வீத் முறைப்படி, அழகிய முறையில் அல்குர்ஆன் சூராக்களை ஓதி பிரபல சன்மார்க்க போதகர்கள், காரிகளின் பாராட்டுக்களை பெற்றும் வருகிறார்.

தனது யூடிட்யூப் தளம் (www.youtube.com/maryamjazeem) மூலம் நாளாந்தம், இளம் மற்றும் முதியோரை கவரும் வண்ணம் படிப்பினை ஊட்டும் பல்வேறு படைப்புக்களை வழங்கி வரும் மர்யம் ஜெஸீம், அரசியல் மற்றும் கலை, கணனி வணிக மற்றும் இன்னோரன்ன துறைகளில் தனது திறமைகளை வெளிக்காட்டியும் வருகிறார்.

2019 இல், ஐக்கிய ராஜ்யத்தில் "பிராக்சிட்" நிகழ்வின் தாக்கம் பற்றி தான் எழுதிய கடிதத்துக்கு இங்கிலாந்தின் பிரதமர் அவர்களின் பிரேத்தியக பாராட்டு கடிதத்தை பெற்றதுடன்

"சர்வதேச மாதிரி ஐக்கிய நாடுகள் சபை" 41வது கூட்டத்தொடரில் கடந்த ஜனவரி மாதம் அதி குறைந்த வயதில் இணையம் வழியாக தற் துணிவோடு, ஐக்கியநாடுகள் சபையின் அமர்வுகலில் சிறப்பாக பங்கேற்றமைக்காக சர்வதேச ஐக்கிய நாடுகள்சபை அமர்வின் தவிசாளர் மற்றும் பிரதிநிதிகளால் வாய்மொழிபாராட்டு விருதை (Verbal Commendation Award) வென்றதுடன் சர்வதேச ஐக்கிய நாடுகளின் மாதிரி பாராளுமன்றத்தின் பிரமுகர் அங்கத்துவத்தையும் பெற்றிருந்தார் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது .

இப்படி பல பின்னணிகளை கொண்டு நூல் விமர்சனங்கள் மூலம் சர்வதேச புகழ் பெற்ற நூலாசிரியர்களின்

பாராட்டை பெற்று வரும் சிறுமியான மர்யம் ஜெஸீம் இன் பெற்றோர்கள் இலங்கையின் சாய்ந்தமருதை சேர்ந்தவர்கள். மர்யம் ஜெஸீம் இன் தாயார்,புதிய திருமண பந்தத்தில் இணைந்து வாழ்ந்து வருகிறார். இவர், ஓய்வு பெற்ற ஆங்கில ஆசிரியர் எம் ஏ எம் முஸ்தபா மற்றும் சல்ஹா பீபியின் (பிரபல ஓய்வு பெற்ற கல்வியலாளர் எம்.எச்.ஏ.சமத் அவர்களின் மதினியும், ஊடகவியலாளர் அஸ்ரப் சமத் இன் சாச்சியுமானவர்) புதல்வி ஸாதிகா (ஷிரீன்) ஆவார்.

சாய்ந்தமருதை சேர்ந்த இவரது தந்தை ஜெஸீம். மர்ஹூம் அப்துல் ஹமீது மற்றும் ரஹ்மத் பீபியின் புதல்வராவர். தற்போது ஒன்பது வயதை உடைய மர்யம் ஜெஸீம், தாய் விட்டுச் சென்றதிலிருந்து தந்தையின் அரவணைப்பில் கடந்த ஐந்து வருட காலமாக இங்கிலாந்தில் வசித்து வருகையில் மேற்கூறிய அடைவுகளை சாதித்து வருகிறார்.

மர்யம் ஜெஸீம் அவர்களை நாமும் வாழ்த்துவோம்!

மௌனச்சுடர்

செஞ்சுடரே தீராது வீரமே
திகட்டாத வாய் மொழியே
தீவிர மௌன ஒளியே
மனம் படரும் அறமே...

அமைதி கொடுத்த அமுதே
அமுதம் உணரும் திறனே
திறன் விளக்கும் சுடரே
சுடரான மௌன விழியே...

போர்க் களத்தில் வாளும்
கானம் இசைக்கும் கீதமும்
வானம் இடிக்கும் மின்னும்
சூழல் தந்த மௌனமே...

விடுதலை வீரமாக - ஒரு
வலியின் பிம்பமாய் - நம்
கதிராக ஒளித்திருந்தால் - நல்
சுதந்திர தாகம் தணிந்திருக்கும் !

மௌனம் மௌனம் என்றே
நித்தம் நித்தம் இருந்த
அந்த வேதனையின் ஒளியே
இன்று சுதந்திரமோ - அய்யோ....

நினைத்தாலே உடல் எல்லாமும்
உதிரம் நின்றதே - உயிரும்
இங்குத் துடிக்குதே - உயர்வு
இங்கு மௌனமாய் போனதே !

தணலிலும் கடலிலும் தரையிலும்
சுடரிலும் அலையிலும் விசையிலும்
மௌனமும் உண்டு - அதுவே
நாம் உணரும் தொண்டு !

ம.சுதா கவி சிவகங்கை
இந்தியா - தமிழ்நாடு

சிறுகதை

தராதரம்

எம்.பி.ஏ கான்
நெல்லியகமம.

வானம் கருப்பு பர்தாவை போர்த்திக் கொண்டிருந்தது. அதில் அங்கும் இங்கும் சிறு சிறு புள்ளியாய் வெள்ளைக் கறைகளும் படிந்து காணப்பட்டது. பார்க்க அழகாக ஒரு தயிர் சட்டி போல நிலாவும் கொட்டி கிடந்தது. அமைதி காத்தது உலகம் நுஸ்ரா தனது வீட்டு வாசலில் உட்கார்ந்து தனது துயரங்களை நினைத்து கொண்டே வானத்தை அண்ணாந்து பார்த்த படி தனது பழைய ஞாபகங்களுள் மதி மறந்து போனாள். “கதீஜா... கதீஜா...” என்று கூப்பிட்டு கொண்டு வேலைக்கு சென்று வந்த வாடையுடன் வீட்டினுள் நுழைந்தான் பஷீர். கதீஜாவும் “என்னவா” என்று கேட்ட படி பஷீரின் முன்னால் வந்து நின்றாள். பஷீரும் ஒரு காய்கறிப்பையை கதீஜாவின் கையில் நீட்டி விட்டு குளிக்க பாத்ரூமில் நுழைந்தான். குளித்து விட்டு வந்து மணக்க மணக்க வீட்டு ஹோல் சோபாவில் உட்கார்ந்து கொண்டான்.

கதீஜாவும் தன் கணவனுக்கு சுடச்சுட ஒரு பிளேன் டீயை ஊத்தி கொடுத்தாள். பஷீரும் பிளேன் டீயை உறிஞ்சி கொண்டே “கடையில இன்டக்கி ரொம்பவே குரவுட் மகனுக்கு மட்டும் சமாளிக்கிறது கஷ்டம் அதான் பைஷரையும் கடையில விட்டுட்டு வந்துருக்கேன்.” என்று கதீஜாவிடம் கூறினான். கதீஜாவும் “இந்தேங்கவா நம்மட மகள் நுஸ்ராவும் படிச்சிட்டு வேலக்கி போகவும் ஆரம்பிச்சிட்டாள் அவளுக்கொரு கல்யாணத்த முடிச்சு வெச்சா நம்மட கடமையும் முடிஞ்சிரும்.” என்று கதையை பற்றிவிட்டாள். பஷீரும் சிரித்துக் கொண்டு “நானும் ஹுஸைன் புரோக்கர் கிட்ட சொல்லித்தான் வச்சுருக்கேன். அவரும் ரெண்டு, மூனு பொட்டோவ காட்டினாரு. அதுல ஒத்தற பாத்து முடிச்சு வெச்சா போச்சி.” என்றான். கதீஜாவும் “நல்லம் அப்ப நாளக்கி அவர வரச் செல்லுங்க. நுஸ்ராட்ட அந்த பொடியன்மார்ர போட்டோவ காட்டி அதுல அவளுக்கு புடிச்ச மாப்புளய முடிச்சு வெச்சிருவோம்.” என்றாள்.

இது காற்றில் கலந்தோடி நுஸ்ராவின் காதில் விழுந்தது. நுஸ்ராவும் ஓடி வந்து “வாப்பா எனக்கு நீங்க மாப்புள்ள பார்க்கத் தேவல. நான் கெம்பஸ்ல படிச்சிற காலத்துல இருந்து இங்க நம்மட ஊர் நசீமத்தான் லவ் பன்னதுதேன். இன்டக்கி அவரு நம்மட ஊரிலேயே கராஜ் வெச்சு இருக்காரு. நான் அவரத்தான் கல்யாணம் முடிப்பேன்.” என்று தன் தந்தையிடம் வாதிட்டாள்.

“இந்த பாரு அவன் நம்மட கடையில நம்மகிட்ட கூலிக்கு வேல செஞ்ச நஸீர்ட மகன் இப்ப நம்மட கார கலட்டி பூட்டுதவன் அவன ஒனக்கு கல்யாணம் முடிச்சு வெச்சா ஏன்ட ஸ்ட்டேட்டஸ் என்ன ஆவுற! நீ பொத்திட்டு இரு. நான் இவன்தான் மாப்பிளன்டு கையக் காட்டுவேன் நீ பொத்திட்டு அவன்ட கைய பிடிச்சிட்டு போனா போதும் இத மீறி பேசினா இங்கவே கெட.” என்று கோபமாய் கத்திவிட்டு பள்ளிக்கு இஷா தொழுவதற்கு வெளியேறினான்.

நுஸ்ராவும் தன் சோகத்தை யாரிடம் முறையிடுவது என்று தெரியாமல் மறுபடியும் அவளின் தாய் கதீஜாவிடம் சென்று “உம்மா நீங்களாலும் வாப்பாவுக்கு எடுத்துச் செல்லுங்கவா. எனக்கு வேற யாரும் வேணாம் எனக்கு நசீமத்தான் வேணும்.” என்று சொன்னால். அதற்கு கதீஜாவும் “அவங்கட ஊட்ல கல்யாணம் முடிச்சா நம்மட ஸ்ட்டேட்டஸ் பெயிட்ரும். நீ சும்மா மொனங்காம நானும் வாப்பாவும் காட்டுத மாப்பிளைய கட்டிக்க.” என்றாள். அதற்கு நுஸ்ரா “ஸ்டேட்டஸ்... ஸ்டேட்டஸ்... என்டு சாவப்போற

அத நீங்களும் வாப்பாவும் வெச்சிட்டு சாப்பிடுங்க." என்று கத்தியவளாய் அழுதுகொண்டே அவளின் ரூமுக்குள் நுழைந்தாள்.

அடுத்த நாள் காலைச் சூரியன் சிரித்துக் கொண்டே கிழக்கில் உதித்தான். காலை 6.30 மணியளவில் நுஸ்ரா பாடசாலைக்கு போக தயாராகிக் கொண்டிருந்தாள். கதீஜா நுஸ்ராவின் ரூம் கதவை திறந்து கொண்டு உள்ளே நுழைந்தாள். "நுஸ்ரா இன்டக்கி ஒன்ன பொன் பாக்க மாப்ள வூட்ல இருந்து வாற இன்டக்கி நீ ஸ்கூல் போகத் தேவை இல்ல." என்று கூறிய படி சமையல் அறையில் நுழைந்தாள்.

நுஸ்ராவும் "ஒங்களுகளுக்கு எத்தன தாக்கு சொல்ற வெளங்குது இல்லையா? ஒங்கட இஸ்டத்திற்கு மாப்பிள்ளை பாக்றதும் அவங்கள கூப்பிட்றதும் நான் இப்ப கல்யாணம் முடிச்சு வெயிங்க என்டு கேட்டதா? நான் இன்டக்கி ஸ்கூல் போகப்போறேன்." என்று கோபமாய் கத்தியபடியே தனது கைப்பையை தோளில் போட்டுக் கொண்டு பாடசாலைக்கு புறப்பட்டாள்.

திடிரென்று பேயாய் பாய்ந்த பஷீர் நுஸ்ராவின் கன்னத்தில் பளார் என்று அறைந்தான். அம்ஜத் இடையில் வந்து "வாப்பா கொமருப் புள்ளக்கி இப்பிடி அடிச்சித அளவுக்கு என்ன கோபம் உடுங்க அவள் கேக்குத மாப்புளய கல்யாணம் முடிச்சி கொடுங்க. நான் இப்ப கட தொறக்க போகனும்." என்று கூறிய படி புறப்பட்டான்.

நுஸ்ராவும் அழுது கொண்டே இருந்தாள். 9 மணியளவில் ஏதோ வாகனங்கள் வரும் சத்தம் கேட்டது. "இந்தா கதீஜா மாப்ள வூட்டாக்கள் வந்துட்டாங்க எல்லாம் ரெடி பண்ணுங்க." என்றான் பஷீர்.

"மாப்புள்ள வூட்டாக்கள் வந்த உடனே இவருக்கு இருக்குத அவசரம்." என்று கூறிய வாறே நுஸ்ரா தயாராகி இருக்கின்றாளா என்று கதீஜா நுஸ்ராவின் ரூம் பக்கம் வந்தாள். "என்ன நுஸ்ரா நீ இன்னம் ரெடியாகல்லையா? அவங்க எல்லாரும் வந்துட்டாங்க. டக்குன்னு ரெடியாகு." என்று கூறியவளாய் கதீஜா வீட்டுக்கு வந்து இருக்கும் விருந்தாளிகளை உபசரிக்க சென்றாள். மாப்பிள்ளை வீட்டில் இருந்து நுஸ்ராவ பெண் பார்த்து விட்டு சென்றனர். பின்னர் ஒரு சில நாட்களிலேயே நுஸ்ராவிற்கு அடையாளம் இடுவதற்கு வந்தார்கள். நுஸ்ராவின் கல்யாண திகதியும் முடிவு செய்யப்பட்டுவிட்டது.

"கட பஷீர் ஹாஜிட மகளுக்கு கல்யாணமாம். மாப்புள்ள கண்டியாம். அவருக்கு கொழும்பில பெரிய கொம்பனி இருக்காம்." என்று நிஷார் நானா கதையை ஆரம்பித்தார். ரஹீம் நானாவின்

தேனீர் கடையில். இதனை கேட்ட கப்பா(க)ர் நானாவும் அவரு பெரிய ஆளுதான் எப்பிடியோ நஸீர்ட மகன தட்டி வுட்டாரு." என்று பீடிப் புகையை விட்டுக் கொண்டே சொன்னார்.

நுஸ்ராவுக்கு கல்யாணம் என்று கேள்விப்பட்ட நசீம் கவலையில் ஆழ்ந்தான். "நுஸ்ரா நம்மள ஏமாத்திட்டாள்." என்று மனதில் நினைத்த படி அவனின் நண்பர்களிடத்தில் "நுஸ்ரா என்ன ஏமாத்திட்டாள்டா." என்றான் நசீம். "டேய் மச்சான் அன்டக்கே சொன்னநந்தானே அவள் பெரிய எடத்து புள்ள அவள் உன்ன தட்டி உட்டுறுவாள்ன்டு." என்றான் அப்ரஹ். நுஸ்ராவும் நசீமுடன் முகம் கொடுத்து பேச முடியாததால் நசீமின் தொலைபேசி அழைப்புக்கும் விடை கொடுக்கவில்லை. நாட்களும் ஓடியது. நுஸ்ராவினதும் ஸாஜித்தினதும் கல்யாணம் பிரமாண்டமாய் நிகழ்ந்து முடிந்தது. கல்யாணம் முடிந்த கையுடன் நுஸ்ராவையும் கண்டிக்கே கூட்டிக்கொண்டு போனான்.

கல்யாணம் இடம்பெற்று மூன்று மாதங்கள் ஆகும் போதே நுஸ்ராவை பாடசாலை வேலையை விட்டு நிறுத்தினான் ஸாஜித். நுஸ்ராவ 'ஸாஜித் குரூப்ஸ் ஒப்(க) கம்பனிக்கு சொந்தக்காரி நீதானே அப்படின்னு கூட்டி போனான். நுஸ்ராவும் கல்யாணம் முடிந்து ஆறு மாதம் ஆகும்போதே கர்ப்பம் ஆனாள். அவளை ஸாஜித்தும் தங்கம் போல கவனிச்சான். நேரத்துக்கு மருந்துக்கு,கிளினிக் என்று கூட்டிக்கொண்டு போனான். அவனும் நுஸ்ராவ ஒரு நல்ல கணவனாக இருந்து பார்த்துக் கொண்டான்.

இவ்வாறு நுஸ்ராவின் வாழ்க்கை ஒரு பக்கம் போக நசீமும் நுஸ்ராவ மறந்துட்டு ஊரிலேயே ஒரு ஏழைப்பெண்ணை கல்யாணம் செய்து

கொண்டான். அவன்ட க(ு)ராஜ் தொழிலும் முன்னேற்றம் கண்டது. இப்பொழுது அதனோடு சேர்த்து பாவித்த வாகனங்களை வாங்கி விற்க ஆரம்பித்தான். அதில் வந்த இலாபம் மூலம் அவனும் தட்டு வீடு கட்டி கார் வாகனம் வாங்கி ஊரில் பஷீர் ஹாஜிட நிலைமைக்கு வந்தான். காலங்கள் கடந்தது. நுஸ்ராவிற்கும் பெண் குழந்தை பிறந்தது. நுஸ்ராவின் வாழ்வில் இப்பொழுதுதான் விதி விளையாட ஆரம்பித்தது. நுஸ்ராவின் கணவன் ஸாஜித் அவன்ட கம்பனில வேலை செய்யும் மகேஷி என்ற ஒரு பெண்ணுடன் தகாத தொடர்பில் இருந்தது நுஸ்ராவிற்கு தெரிய வந்தது. இதை நுஸ்ரா தாழ்மையான முறையில் எடுத்துச் சொல்லி இதனை விட்டு விடுங்க என்றாள்.

இத தாங்க இயலாம நுஸ்ராவும் "ஏவா இப்டி நடந்துங்கிறீங்க இப்ப நமக்கு ஒரு புள்ள வேற இருக்குது இத வெச்சுட்டா இப்டி வேல செய்றீங்க" என்று ஸாஜித்தை பார்த்து கேட்டாள்.

ஸாஜித்தும் "அடியே இன்னக்கி ஒன்னு நாளக்கி ஒன்னுன்னு நான் மாத்திட்டே இருப்பேன். இஸ்டம்மா என்கூட வாழு இல்லன்டா உன் புள்ளய தூக்கிட்டு போடி" என்றான்.

நுஸ்ராவும் 25நாள் கைக் குழந்தையோட வீட்டுக்கு வந்தாள் தனக்கு ஸாஜித்தை வேணாம் என்று "(பசகு)" செய்து கொண்டாள் நுஸ்ரா

"இதெல்லாம் கருமம் ஏன்ட வாப்பா , உம்மா தராதரம் பாக்க போய் எனக்கு வந்த நெலம" என்று தனக்குள்ளே நுஸ்ரா நினைத்துக் கொண்டாள் .

"ங்கே..............ங்........கே" என்று குழந்தை அழும் சத்தம் கேட்டது. குழந்தைய தூக்க நுஸ்ரா ஓடிச் சென்றாள்.

என்றும் உங்களுடன்,

எம்.பி.ஏ கான்
நெல்லியகம.

உங்கள் விளம்பரங்களையும் நமது சஞ்சிகையில் காட்சிபடுத்த விரும்புகின்றீர்களா?
+94776391188

மழை இரவு

நிசப்தமிலா மழைநேர இரவொன்றில்
இருட்டறையின் தனிமையில் தலையணையில்
தலை சாய்ந்து உறங்குகையில், மனதின் மடியில்
மாய்ந்த காதல் விளியின் வழியே கசிந்து
நிற்கிறது கண்ணீரெனும் பெயர் கொண்டு...

என்றோ ஒரு நாள் எனக்கான உயிர் நீ என
எண்ணியிருந்த நாட்கள் கடந்து என்றுமே நீ
எனக்கில்லை என்றான நாளிதில், உனதான
நினைவுகள் உரக்கச் சொல்கிறது என்னை
மறந்துவிடு என்று...

உண்மையிலா நேசமொன்றை உயிராய்
எண்ணி உடைந்து நிற்கும் ஓர் இதயம் ஒழித்து
வைத்த நேசங்கள் அத்தனையும் பரிதவித்து
நிற்கின்றன பாவை இவள் விழிகளில்...

அனுதினமும் உன் வருகைக்காய் ஏங்கி நின்ற
பேதை இவளின் நெடும் காத்திருப்புகள் வெறும்
கானல் நீராய் காணாமல் போகிறது கண்ணான
உன்னை காணாமலிங்கு...

என்றுமில்லா பலவீனமும் எப்போதுமில்லா
பதற்றமும் என்னை கொன்றிடவே தனிமையின்
வாசலை தட்டுகிறேன் தடுமாற்றமின்றி
நானிருக்க...

பேதை இவள் தனிமையின் மௌன மறுகளில்
மறுகி நிற்க, உருகி நின்ற இதயமொன்றின்
ஓலத்துடன் ஓய்வு பெற்றது அந்த மழை இரவு....

சாஜஹான் சஹ்னாஸ் பானு
புத்தளம் - கரைத்தீவு

பாஷிரா ஜுனைதீன் எனும் இளம் ஆளுமை

சாபிரா சாதிகீன்
பூக்கள் குரூப் உறுப்பினர்கள்.

2017 ஆண்டு ஆரம்பிக்கப்பட்ட வாட்ஸ்அப் பூக்கள் குரூப்பின் ஐந்து வருட பூர்த்தியை முன்னிட்டு கம்பளை மரியாவத்தையில் பூக்கள் குரூப் உறுப்பினர்களால் பாஷிரா ஜுனைதீனை கௌரவிக்கும் முகமாக 29-01-2021 அன்று சனிக்கிழமை ஒன்றுகூடல் வெகு விமர்சியாக நடைபெற்றது.

இந்த நிகழ்வுக்கு பிரதமர் அதிதியாக சிறந்த சமூக சேவையாளரும், பஸ்லான் பாரூக் பவுன்டேஷனின் தவிசாளரும், "சமகி ஜனபல வேக" கட்சியின் கண்டி மாவட்ட கம்பளை முஸ்லிம் விவகாரங்களுக்கான செயலாளரும், கண்டி மாவட்ட சவாடே குத்துச் சண்டை சம்மேளனத்தின் ஆலோசகருமான சாமஸ்ரீ தேசகீர்த்தி கௌரவ பஸ்லான் பாரூக் அவர்கள் அழைத்திருந்தோம்.

அவர் உரை "பெண்கள் தைரியசாலிகள்" என்ற விடயத்தில் மிகவும் பிரயோசனமான ஒரு உரையாகவும் வருகை தந்திருக்கும் அனைத்து பூக்கள் பசுழரி உறுப்பினர்களுக்கும் உரமூட்டும் வார்த்தைகளாக அமைந்தன. அதனை தொடர்ந்து பாஷிரா ஜுனைதீன்க்கு பல விருதுகள் வழங்கப்பட்டு கௌரவிக்கப்பட்டார்.

இந்த விருதுகளை பிரதம அதிதி "சமகி ஜனபல வேக" கட்சியின் செயலாளருமான கம்பளை முஸ்லிம் விவகாரங்களுக்கான செயலாளரும், சாமஸ்ரீ தேசகீர்த்தி பஸ்லான் பாறூக் அவர்கள் கையாள் முதலாவது விருதை வழங்கினார். தொடர்ந்து Dr. ரினூசா முஃபீர் (BUMS) கொழும்பு பல்கலைக்கழக சுதேச மருத்துவம் அடுத்த விருதை திருமதி. நிஃப்லி பாத்திமா MBBS சிவில் இன்ஜினியரிங் வழங்கி கௌரவிக்கப்பட்டார்.

உண்மையிலேயே பாஷிரா ஜுனைதீன் மிகவும் திறமையான ஒரு பெண். இவர் ஒரு உளவியலாளராக "எழுத்தாளராக, அறிவிப்பாளராக, பத்திரிகையாளராக என்று பல துறையில் தேர்ச்சி பெற்றவர். இவர் சமூகத்திற்காக எந்தவித எதிர்பார்ப்புகளும் இன்றி பல தோல்விகளையும் படிக்கற்களாக அமைத்து வெற்றியோடு பயணித்துக் கொண்டிருப்பவர்.

எமது பூக்கள் குழுமத்தில் அவர் வழங்கும் செய்திகள், குரல் பதிவுகள், மிகவும் நம்பத் தக்கதாகவும், நேர்மையானதாகவும் முதல் தரமாகவும் இருக்கும். இதனால் அவர் எமது பூக்கள் குழு அனைவரின் இதயத்திலும் நீங்காத இடத்தை பெற்று இருக்கிறார். எப்பொழுதுமே அடுத்தவருக்கு ஏதும் என்றால் சிரமம் பார்க்காமல் முந்தி வந்து நிற்பார்.

அவரைப் பார்த்து பலர் நாமும் இப்படி இருக்க வேண்டும் என்ற ஒரு உந்து சக்தியை அவர் ஏற்படுத்துகின்றார். இப்படியும் முடியுமா என்பதை இப்படியும் முடியும் என்று முடித்து எமக்கு சாதித்துக் இருக்கிறார். மாஷா அல்லாஹ் அல்ஹம்துலில்லாஹ்

அத்துடன் பாஷிரா ஜுனைதீன் அவர்களுக்கு நிறைய பெறுமதி மிக்கவர்களின் வாழ்த்துக்கள் கிடைக்கப்பெற்றது. அதில் ஒரு சிலரை நான் இங்கு குறிப்பிடுகின்றேன்

இந்தியா Dr. Hussain Basha Psychologist international Life coach NLP master Lrainer.

Maaatram Tv Director Sheikh T.Haidar Ali

ஸ்கை தமிழ் துணிந்தெழு சஞ்சிகையில் ஸ்தாபகர். ஜே.எம்.பாஸித்,

Moulavi Ruzni Mufeer (Haqqani) Mosque Tour Guide officer Coordinator Red Mosque tourist information centre இப்படி இன்னும் பலர் வாழ்த்துக்கள் கூறினார்கள் அனைவருக்கும் நன்றிகள். நிச்சயம் உங்கள் வாழ்த்துக்கள் அடுத்த கட்டத்துக்கு பயணிக்க அவருக்கு ஒரு உந்து சக்தியாக இருக்கும்.

மேலும் இதில் குறிப்பிடாத பலரும் அவருக்காக ஒளிப்பதிவுகள் எமக்கு அனுப்பி இருந்தார்கள். அனைத்து நல் உள்ளங்களுக்கும் பூக்கள் குழு உறுப்பினர்கள் சார்பாக எமது நன்றிகளை இந்த சந்தர்ப்பத்தில் தெரிவித்துக் கொள்கின்றோம்.

மேலும் கொரோனா காலப்பகுதியில் பிள்ளைகள் முடங்கி இருக்கும் தருணத்தில் அவர் பீனிக்ஸ் என்ற ஒரு குழுவை உருவாக்கி பூக்கள் குழுவில் தேர்ச்சி பெற்ற ஆசிரியர்களை ஒன்றிணைத்து 20 நாள் zoom ஊடாக 50 பிள்ளைகளுக்கு சிறந்த வழிகாட்டல்களை பயிற்சிகளை வழங்கினார். அது பிள்ளைகளின் மனதில் மட்டுமல்ல அவர்களது பெற்றோர்களினதும் மனதில் ஆழமாக இடம் பிடித்தார்.

உண்மையிலே எந்தவித எதிர்பார்ப்பும் இன்றி இப்படியான சேவைகளை செய்யும் இவரைப்போல் பலரை எம் சமூகம் கண்டு கொள்வதில்லை. இவரை சமூகம் இனம் காண வேண்டிய ஒரு முத்து. இவரது திறமைக்கும் அங்கீகாரத்துக்கும் இவர் எத்தனையோ விருதுகள் பெற்று இருக்கக் கூடியவர். ஆனாலும்

இவர் எந்தவித எதிர்பார்ப்பின்றி சேவை தொடர்ந்து கொண்டுதான் இருக்கின்றது.

பூக்கள் புசழுரி அன்று நடந்த நிகழ்வில் முகமறியாத பலரை முகம் காண வைத்தார். அத்துடன் பூக்கள் குழுமத்திலிருந்து அந்த உறுப்பினர்களை வைத்து பூக்கள் குழு சமூக சேவை ஒன்றும் தற்பொழுது ஆரம்பித்து அதனூடாக சமூகத்துக்கு பல விடயங்களை செய்ய வேண்டும் என்று திட்டமிட்டு செயற்பட்டுக் கொண்டிருக்கிறார்.

உண்மையில் பாஷிரா ஜுனைதீனிடம் நான் கண்ட வியக்கத்தக்க விடயம். எந்தத் தருணத்திலும் அவர் உடைந்து போனதே நான் எப்பொழுதுமே கண்டதில்லை. புன்னகை பூத்த முகத்தோடும் அவரைப் பார்த்தாலே உற்சாகம் தரும் வண்ணம் அவரது செயற்பாடுகள் இருக்கும்.எந்த விடயம் என்றாலும் சலித்துக் கொள்ள மாட்டார். மற்றவர்களை கவலைகளை நீக்கி அவர் வார்த்தைகளால் உற்சாகமூட்டி வெளியே கொண்டு வருவார். தனக்கு ஒரு திறமை இல்லை என்று எண்ணியவர்களுக்கு அவர்களை கூட தான் ஒரு சில திறமை சாளிதான் என்று எண்ணி அவர்களை வியக்க வைக்கும் அளவிற்கு அவர்களை உற்சாகமூட்டி திறமைகளை வெளிக் காட்டுகின்றார்.

இன்று அதிகமானவர்களின் திறமை வெளி உலகுக்கு இனம் காணப்பட்டுள்ளது என்றால் அவரும் நிச்சயம் அதற்கு ஒரு பெரிய காரணமாக இருக்கின்றார். அல்ஹம்துலில்லாஹ். இவரை

நான் ஒரு பொக்கிஷமாகவே பார்க்கின்றேன். இவருக்கு என்றுமே இவர்களது பெற்றோர் இவரது சகோதரர்கள் சகோதரி என்று குடும்பத்தினர் பக்கபலமாக இருக்கிறார்கள் அது அவரது மாபெரும் பலம் வெற்றியாகும். தந்தையின் வழிகாட்டலில் பல செயற்பாடுகளை வெற்றிகரமாக செய்துகொண்டு இருக்கிறார் பாஷிரா ஜுனைதீன்.

முகம் காட்டாமல் இப்படியும் சாதிக்கலாம் இப்படியும் சமூகத்திற்கு எம்மால் செய்யலாம் என்ற ஒரு சிறந்த ஆளுமையுள்ள ஒரு முன்னோடி

பல தோல்விகளை வெற்றிப்படிகளாக மாற்றி வெற்றிநடை போட்டு, ஆரோக்கியமாகவும் இம்மைக்கும் மறுமைக்கும் அவரது பயன்கள் முழு உலகத்துக்கும் கிடைக்க பூக்கள் குழுமத்து உறுப்பினர்கள் நாம் என்றும் பிரார்த்திக்கின்றோம். அவர்கள் சேவை என்றும் தொடர எமது வாழ்த்துக்கள்.

அவள் அப்படித்தான்

வார்த்தை வாள்களால்
இதயத்தை கொன்றாலும்
ஒன்றும் அறியா மழலையாய்
சிரித்துக்கொண்டிருப்பாள்!!

செய்யாத தவறுக்கு
ஆயிரம் விமர்சனங்கள்
வெகுமதியாய் கிடைத்தாலும்
வெகுளியாய் கடந்துவிடுவாள்!!

வரிசையாய்
பிரச்சினைகள்
பின்தொடர்ந்தாலும்
புன்னகையை அகற்றாத
வதனமுடையாள்!!

அறிந்தோருக்கு
அவள் அப்படித்தான்
என்று சலிப்பூட்டும்
அறியாதோருக்கு
பதில் காணமுடியா வினா
அவள்!!!!

புரியாத புதிர்
(மு.அ.பா. அஸீறா)

உங்கள் விளம்பரங்களையும் நமது சஞ்சிகையில் காட்சிபடுத்த விரும்புகின்றீர்களா?
+94776391188

சுதந்திர தினம்

இறக்காமம்
சாஹிர்நிஜாமுதீன்

புரட்சி, போருக்கு பின்னால் முளைத்ததொரு
வேர் சுதந்திரமாய் மக்களணி திரண்டு,
கொடியேந்தி
பிறந்த மண்ணுக்காய் குரல்கொடுத்து, விரல்
எடுத்து மனதில் தேசபக்தி பெரும் புயலாய்
தாக்கும் அந்த நாளில்
பொன்னான நினைவுகள் மனதில்
ரணகளமாய்

ஒவ்வொரு குடிமகனும் வெறிகொண்டு,
களிகொண்டு
பாதையாத்திரயாய் பதாதையோடும் -
நாட்டுப்பற்று வாசகங்கள்
நெஞ்சை நனைத்த படி
வியர்வைத் துளிகள் வைரத்துளிகளாக
சுதந்திரப் போராளிகளுக்கு
சமர்ப்பணம் செய்யும் நாள்

குடியேற்ற வாதம், நாட்டாற்சிக் காலம்
வெறும் வார்த்தைகளுள்
சிக்குண்டு சிதறியடித்த மக்களும் மாய்த்த
உயிர்களும்
மண்ணுக்காக நான் மட்டுமே தவிர
பொன்னுக்காகவல்ல
இத்தியாகம் இவ்வொரு நாளுக்காக

கையேந்தி, மடியேந்தி, காகிதம் ஏந்தி
நகர்வலம் வந்த
மானார்களுக்கு மத்தியில்
உயிரையும் பொருட்படுத்தாது பொருளேந்தி,
ஆயுதமேந்தி
அணிதிரண்டு, உயிர்கொடுத்து காத்த
இம்மண் இவ்வொரு நாளுக்காக

வெற்றுச் சொல் - சுதந்திர தினம்
இந்த வெறும் சொல்லுக்கு பின்னாலே
உலக உழைப்பும் நாட்டு நடப்பும்
தெளிவாக வரையப்பட்டு கோலமிடப்பட்ட
போராளிகளின் வாழ்வும் அவர்களின்
கனவுகளும் சிதைந்து
பெற்ற ஒரு வார்த்தை –
சுதந்திரதினமாமென்று எம்
காதிலொலிக்கும் நாள்

சுதந்திர தினம் - எம் தேசத்தின் பிறந்த
தினம் தேசப் போராளிகள் இறந்த தினம் -
அஞ்சலிக்காய் எம் கண்ணீர் நதியாய்
ஊற்றெடுக்கும் தினம்
தேசிய கீதமும் மொழியப்படும் தினம் - தேச
மகனாய் பெருமிதம்
கொண்டு தேசியக்கொடியேற்றும் தினம்
பாராபட்சமின்றி பரஸ்பரம் கொண்டு – தேச
தலைவனும்

தேசிய குடி மகனும் ஒரு நிழலில்
ஒற்றுமையாய் ஒன்று கூடும்
ஒரே ஒரு தினம் - எல்லா நாட்டிலும் சுதந்திர
தினமாய்

இலங்கை தூதரகம் கத்தாரில் இடம்பெற்ற இலங்கையின் 74வது சுதந்திர தின நிகழ்வு.

இலங்கையின் 74வது சுதந்திர தின நிகழ்வுகள் நேற்று (04.02.2022) கத்தார் நாட்டிற்கான இலங்கை தூதரக வளாகத்தில் கௌரவ தூதுவர் முஹம்மது மபாஸ் மொஹைதீன் தலைமையில் இடம்பெற்றது.

கொவிட்-19 காரணமாக குறிப்பிட்ட சிலர் மாத்திரமே கலந்துகொண்டமை குறிப்பிடத்தக்கது.

கத்தாரில் நடைபெறும் சர்வதேச விழாவில் முதல்முறையாக இலங்கை இளைஞனின் ஓவியம் இடம்பெற்றுள்ளது.

இலங்கையின் இறக்காமத்தைச் சேர்ந்த தற்போது கத்தார் நாட்டில் வசித்து வரும் ஓவியக் கலைஞர் நஸார் சர்பான் அவர்களின் குதிரை ஓவியம் கத்தார் சர்வதேச விழாவில் காட்சிப்படுத்தப் பட்டுள்ளது.

இவ் விழாவில் அமெரிக்கா உட்பட 11 நாடுகள் மற்றும் சில ஐரோப்பிய நாடுகள் பங்கேற்கின்றன. மேலும் கத்தாரில் நடைபெற்று வரும் இச் சர்வதேச விழாவில் நேற்று ஸ்கை தமிழ் ஊடக வலையமைப்பு மற்றும் துணிந்தெழு சஞ்சிகையின் பணிப்பாளர் ஜே.எம் பாஸித் அவர்கள் நேரில் சென்று பார்வையிட்டதுடன், சகோதரன் நஸார் சர்பான் அவர்களையும் சந்தித்து உரையாடியமை குறிப்பிடத்தக்கது.

மனிதாபிமான செயற்பாடுகளால் மக்கள் மனதை வென்ற கம்பளை

ரஸ்னி ராஸிக்

அவர்களுடனான நேர்காணல்

உங்களது பூர்வீகம் (பிறப்பிடம்), கல்லூரி வாழ்க்கை பற்றிக் கூறுங்கள்?

நான் கண்டியில் பிறந்தேன். எனது சொந்த ஊர் கம்பளை. நான் அரச உத்தியோகத்தர் குடும்பத்தில் இருந்து வந்தவர். எனது தந்தை ஒரு சிவில் பொறியியலாளர் மற்றும் எனது தாய் ஒரு சட்டத்தரணி. அதேபோல் எனது ஒரே சகோதரரும் சட்டத்தரணியாவார். இவர்களுடைய பாதையிலிருந்து மிகவும் வேறுபட்ட என்னுடைய இந்த வாழ்க்கைப் பாதைக்கு நம்பிக்கையை உயரச் செய்தது அவர்களுடைய மகத்தான ஆதரவாலாகும்.

இன்று, எனது ஆற்றலுக்கும், உந்துதலுக்கும் மூலகர்த்தாவாக எனது கணவர் காணப்படுகிறார். வணிக ஆய்வாளராக தொழில் புரியும் அவர் எனது அனைத்து விதமான நடவடிக்கைகளிலும் பங்கேற்பது மட்டுமில்லாமல் பரந்தளவிலான வேறுபட்ட சமூகங்களை அடைவதற்கு உதவி செய்கிறார். அவருடைய அர்ப்பணிப்புள்ள ஆதரவுடனும், ஊக்கத்துடனும் தான் என் பாதையில் வந்த துன்பங்களையும், தடைகளையும் கடக்க முடிந்தது.

எனது ஆரம்ப கல்வியை கம்பளை ஸாஹிரா கல்லூரில் படித்தேன். பின்பு கண்டி எக்கோல் தனியார் பாடசாலையில் Ecole International School கல்வி தொடர்ந்தேன். சிறுவயதில் எனது பாடசாலை நண்பர்களினது, ஆசிரியர்களினதும் சிறந்த உறுதுணையின் கீழ் கற்றும், என்னை ஊக்கப்படுத்தியும் கொண்டேன். அன்பின் உண்மையான அர்த்தத்தை பாடசாலை வாழ்க்கையிலிருந்து கற்றுக் கொண்டேன். ஒவ்வொருவருக்கும் பாடசாலை வாழ்க்கையானது எந்தளவு முக்கியம் என்பதை என் நினைவுகள் எனக்கு உணர்த்துகின்றது.

நேர்காணல்
ஜே.எம்.பாஸித்

சமூக சேவையில் உங்களுக்கு ஈடுபாடு காட்ட ஊக்குவித்தவர்கள் யார்?

சமூகப் பணியில் என்னை ஈர்க்கச் செய்தது ஒரு தனிப்பட்ட நபரின் அல்லாது பலரின் தூண்டுதலும், விருப்பமும் இருந்தது என நான் அடிக்கடி நினைத்துக் கொள்வேன். எனது பயணத்தை தன்னார்வத் தொண்டராகத் தொடங்கினேன். அதை மிகவும் தாழ்மையானதொரு அனுபவமாக உணர்ந்தேன்.

வீடற்றவர்களுடனான எனது பணியானது தேவைப்பாடுடைய மக்களைப் பற்றிய சிறந்த நுண்ணறிவை எனக்கு அளித்ததெனலாம். ஆரம்ப காலங்களிலிருந்தே எப்போதும் நீதி பேணுவதிலும், வாய்ப்புக்களை பயன்படுத்துவதிலும் ஆர்வமாக இருந்தேன்.

மேலும் மக்கள் அவர்களுக்குள் வித்தியாசமாகப் பார்க்கப்படுவதாலும், பாகுபாடு காட்டப்படுவதாலும் மக்கள் பின்தங்கியிருப்பதை மிகவும் வலுவாக உணர்ந்தேன்.

மறக்க முடியாத அனுபவமாக நீங்கள் எதனைக் குறிப்பிடுவீர்கள்?

மறக்க முடியாத நினைவுகள் எனும் போது, எங்கள் உதவியின் மூலம் மக்கள் தங்கள் கஷ்டங்களிலிருந்து வெளியேறிய மிகப்பெரிய பொன்னான தருணங்கள் உள்ளன. இந்தத் துறையில் மறக்க முடியாத தருணங்களாக பல எடுத்துக்காட்டுகள் இருக்கின்றன.

நான் தற்செயலாக கண்டியில் திரிக்ஷாவொன்றில் ஏறி கம்பளை வரை பயணித்த வேளையில், யாரென்றே தெரியாத அந்த அந்நியர் பயணக் கட்டணம் வாங்க மறுத்துவிட்டார். காரணம் நான் அவருடைய மகனுக்கு கல்வி அனுசரணை வழங்கியதால் எனக் கூறினார். இது போல் தான் ஒரு செயற்திட்ட வேலைக்காக தாழ்த்தப்பட்ட பாடசாலைக்கு சென்ற போது பாதையில் என்னைத் தெரிந்த பிள்ளைகள் ஓடிவந்து என் கால்களைக் கட்டிக் கொண்டவைகள் மறக்க முடியாது.

அதே போல், கேட்பாரியாருமின்றி, ஊட்டச்சத்து குறைபாடுடன், வடுக்கள் மற்றும் கருமையான காயங்களுடன் சாலையில் அலைந்து திரிந்த ஒரு சிறுமியை சிறுவர் இல்லத்தில் மகிழ்ச்சியாகவும், செழிப்புற வேண்டுமெனவும் சேர்த்து விட்ட தருணம் மறவாது. அத்துடன் எனது வழிகாட்டலில்

பல ஆண்டுகளுக்குப் பிறகு சாதித்த விடயத்தை கூற துடிக்கும் மாணவர்களது துடிப்பு மறக்க முடியாத விடயங்கள் எனலாம்.

அது மட்டுமல்ல, காது கேட்காத, பார்வையற்ற மாற்றுத்திறனாளியான ரோஹினியின் வீட்டிற்குச் சென்று ஒவ்வொரு முறை அவரை சந்திக்கும் போதும் என்னை தொட்டுதலின் மூலம் அடையாளம் காணும் அந்த நிமிடங்கள் மறவேன். அது போல தான் ஒரு மன வளர்ச்சி குன்றிய பெண்ணை அவரது குடும்பத்தினர் கடுமையாக கொடுமைப்படுத்தியதைக் கண்டு, அவரின் பாதுகாப்புக் கருதி அவரை காப்பகத்தில் சேர்த்த போது அந்த முகத்தில் நான் கண்ட மகிழ்ச்சி மறக்க முடியாது. அவரது உடம்பு காயங்களால் மூடப்பட்டிருந்தது. ஆரம்பத்தில் அவர் பேச முன்வரவில்லை. பின்னர் அவர் எல்லா வேலைகளிலும் ஈடுபட்டு, சகபாடிகளுடன் அரட்டையடிப்பதையும் கண்டு திருப்தியடைந்த நாட்கள் அதிகம். அத்துடன், நான் மூன்று மாத கடினமான கர்ப்பகாலத்தில் இருக்கும் போது முழுமையான படுக்கை ஓய்வு எடுக்கும்படி அறிவுறுத்தப்பட்டிருந்தேன்.

நீண்ட காலத்திற்கு முன்பு நான் உதவி செய்து அதில் பயனடைந்த இரு வெவ்வேறு பயனாளிகள் மக்கா நகரிலிருந்து என்னை தொலைபேசி வாயிலாக அழைத்து சிறப்பு துவாப்பிரத்தனை மேற்கொள்வதற்காக என் விபரங்களைக் கேட்டறிந்து கொண்டனர். மேலும் அவர்கள் வீடு திரும்பிய பிறகு எனக்கு பேரிச்சம் பழமும், புனித ஸம்ஸம் நீரும் அனுப்பி வைத்தது ஞாபத்தில் உள்ளது. அவ்வாறே, தனக்கு முன்னால் தன் குழந்தையை ஒரு பாதுகாப்பான வாழ்கையில், பாதுகாப்பான கரங்களில் ஒப்படைக்கும் ஒரு தாயின் ஆனந்தக் கண்ணீரை பார்த்த போதும், இறுதியாக ஒரு குழந்தையை தன் கைகளில் ஏந்தி தாய்மையை அடைந்த மற்ற தாயின் கண்களிலிருந்து சிந்திய ஆனந்தக் கண்ணீரை என்றுமே மறவாது என் கண்கள்.

அந்த வகையில், ஒரு பெண்மணிக்கு எங்களுடைய Women Empowerment திட்டத்தினூடாக தையல் இயந்திரம் ஒன்று வழங்கப்பட்டது. அவர் என்னைத் தொடர்பு கொண்டு தனது மகன் பிறந்து எட்டு ஆண்டுகளுக்குப் பிறகு தான் சம்பாதித்த முதல் சம்பளத்தில் அவரது அகீகாவை வழங்குவதாக கூறிய அந்த தருணம் ஞாபகத்தில் உள்ளன. அத்துடன், என்னைக் காணும் இளம் பெண்கள் சமூகப்பணியில் என்னைப் போன்ற ஒருவரைக் பார்க்கும் போது அவர்கள் எந்தளவு உற்சாகமாகவும், அதை விரும்பக்கூடியவர்களாகவும் இருக்கிறார்கள் என கூறும் போதும், என்னால் அவர்கள் ஊக்கமளிக்கப்படுகிறார்கள் என நினைக்கும் போதும் ஏற்படும் மகிழ்ச்சி மட்டற்றதாகும்.

அதே போல் தான், அகதியாக நாட்டை விட்டு வேறு நாடு சென்ற குடும்பத்தின் பிள்ளையொன்று படிப்பில் சிறந்து விளங்கியதை அறிந்து கொண்ட போது, தற்காலிகமாக வசிக்கும் நம் நாட்டில் என் குழுமத்தினரின் உதவியுடன் அப்பிள்ளை அங்குள்ள பாடசாலையில் இணைத்து கல்வி கற்க செய்தது மறக்க முடியாதொன்றாகும். அதேவேளை, ஒரு நாள் எனது தொலைபேசிக்கு அழைத்த ஒருவர், தான் சாலையோரம் இருந்து Care Home இல் அரவணைக்கப்பட்ட ஒரு பிள்ளை என்றும் தற்போது பல்கலைக்கழகத்தில் சேர்க்கப்பட்டுள்ளதாகவும் கூறியது இன்னும் என் காதுகளில் ஒலித்துக் கொண்டிருக்கிறது. இவ்வாறு பல மறக்க முடியாத அனுபவங்கள் என்றால் சொல்லிக் கொண்டே போகலாம். எனது பட்டியல் மிக நீளமானது. எனது இப்பணியானது மற்றவர்களது வாழ்க்கையில் ஏற்படுத்தும் தாக்கத்தின் மூலம் நான் அவர்களிடமிருந்து பெற்றுக் கொள்வது நேர்மையான, பரிசுத்தமான அன்பாகும்.

நம்மை வரையறுப்பது நம்மிடமுள்ள பொருட்களோ, சம்பாதிக்கும் பணமோ, எடுக்கும் புகைப்படங்களோ அல்லது நாம் அடையும் புகழோ அல்ல. மற்றவர்களின் இதயங்களில் நாம் ஏற்படுத்திய நீங்கா அடையாளங்களில் தான் நாம் நினைவு கூறப்படுகிறோம். நம்மில் தாழ்ந்தவர்களை கொஞ்சம் செழிப்பாக வாழவைப்பதே முக்கியம். யாரோ ஒருவருக்கு என்னால் எந்தளவு கருணை காட்ட முடியுமோ அந்தளவு கருணையை காட்டியுள்ளேன். அக்கருணையானது எனக்கு தேவைப்படும் போது முழு பலத்துடன் குறையின்றி மீளப் பெற்றுக் கொண்டுள்ளேன்.

இத்துறையில் இதுவரை நீங்கள் பெற்ற பாராட்டுக்கள், பரிசுகள், விருதுகள் பற்றிக் குறிப்பிடுங்கள்?

Junior Chamber International – Ten Outstanding Young Persons of Sri Lanka in Dec 2017 for- Contribution towards Children, World peace and Human rights

Women's Achievers 2018 Award for Social Service by the Association of Muslim Women Professionals and entrepreneurs

Awarded the prestigious 'Desha Abhimani' title, which was presented at the Colombo Peace Conference 2018 by Ceylon Justice of Peace Association and International Human Rights Peace Commission.

Featured in the book titled I AM INSPIRED a collection of insights and reflections from inspirational leaders with Sri Lankan roots based in the country and around the world to encourage and empower Sri Lanka's youth to discover their passions, believe in their dreams and maximize their potential.
https://sparklers-foundation.org/i-am-inspired.html

Listed as one of the most Tec influential Women
https://zeneefazaneer.com/techfluential_muslim_women/

Featured on a book themed 'Desiya Sadanai Madal' and recognized as a National Achiever

Featured in the UNFPA publication, titled 'Perspectives' JULY 2019 commemorating the Global 50th Anniversary of the United Nations Population Fund (UNFPA)www.unfpa.org.

சுவனத்தின் முத்துக்கள்

Care Station சிறுவர் மையம் பற்றிக் கூறுங்கள்?

நாங்கள் ஒரு இலாப நோக்கற்ற, அரசியல் சார்பற்ற, சமய சார்பற்ற சமூக மேம்பாட்டை மற்றும் நலனை மட்டும் முக்கிய நோக்காக் கொண்ட அமைப்பாக செயல்பட்டு வருகிறோம். வறுமை ஒழிப்பு, ஆதரவற்றவர்களுக்கு ஆதரவளித்தல், அகதிகளுக்கு உதவுதல், வாழ்வாதார ஆதரவு வழங்கல், சுய வேலைவாய்ப்பு மேம்படுத்தல், இடம்பெயர்ந்தோருக்கு நிவாரணமளித்தல், கல்வி ஒத்துழைப்பு வழங்கல், வீட்டுத்திட்டங்கள் மற்றும் வீடற்ற தெருக் குடும்பங்களுக்கு உதவுதல் போன்ற பல சமூக சேவை திட்டங்களை இலங்கையில் பல பாகங்களிலும் உள்ள தேவைப்பாடுடையவர்களுக்கு மேற்கொண்டு வருகிறோம்.

www.carestation.lk
Instagram: instagram.com/carestation.lk
Facebook: fb.com/carestation.lk
Group: goo.gl/GXsSHj
linkedin.com/company/carestationlk/
twitter.com/CareStationLk

சமூகநல சேவைகள் தொடர்பிலான ஈடு பாடு எவ்வாறு ஆரம்பித்தது?

சமூக நலன் சார்ந்த சேவைகள் மீதான ஈடுபாடு ஒரேநாளில் சடுதியாக ஏற்பட்டதொன்றல்ல. எனது சிறுபராயத்தில் கிராமத்தில் வாழ்ந்து வந்த எனது பெற்றோரின் தாய், தந்தையர்கள் கஷ்டத்தில் வாடும் வறிய மக்களுக்கு உதவி வருவதை அவதானித்து வந்திருக்கிறேன்.

பின்னர் நானும் இவ்வாறு தேவை யுடையோரின் பசி போக்கிட வேண்டும் எனும் எண்ணத்துடன், எனது நண்பியினால் நடாத்தப்பட்டு வரும் வீதியில் வசிக்கும் ஆதரவற்ற சிறுவர்களுக்கு உதவும் மையத்திற்கு உதவி வந்தேன் எனும் ஆதரவற்ற சிறுவர்களுக்கான மையத்திற்கு உதவி வந்தேன்.

அங்கே இருந்த சிறுவர்களின் கதைகளை கேட்டதும், அவர்களுக்கு முற்று முழுதாக உதவ வேண்டும் என தீர்மானித்து எனது தொழிலை ராஜினாமா செய்தேன்.

முன்பள்ளி ஆசிரியையாக இருந்த நீங்கள் அதனை ராஜினாமா செய்து விட்டு ஆதரவற்ற சிறுவர்களுக்கான இல்லத்தில் சேவையாற்ற இணைந்து கொண்டதன் பிற்பாடு நடந்தவை பற்றி கூறுங்கள்?

சிறுவர் இல்லத்தில் முழுநேர தன்னார்வ தொண்டராக என்னை இணைத்துக் கொண்டேன். கண்டியில் அமைந்துள்ள சிறுவர் இல்லங்களிலும் அதேநேரம் முதியோர் பராமரிப்பு இல்லங்களிலும் பணியாற்றி வந்தேன்.

ஒவ்வொரு நாளும் ஒவ்வொரு சிறுவர் அல்லது முதியோர் இல்லத்திற்கு விஜயம் செய்வேன் மனநிலை பாதிக்கப்பட்ட மற்றும் சித்த சுவாதீனமற்ற சிறார்களுக்கான பராமரிப்பு இல்லமான தய நிவச மையம் என் மனதோடு ஒன்றிப் போய்விட்டது.

வாரத்திற்கு ஐந்து நாள் வீதம் முழுநேரமாக இவ்வாறு நான் பணியாற்றினேன் வீட்டை விட்டு அதிகாலை 3.00 மணிக்கு வெளிக்கிளம்பி மாலை 5.00 மணிக்கு வீடு திரும்புவேன் அநாதரவானோருக்கு கைகொடுக்கும் பணியானது எனது வாழ்க்கைக்கு ஓர் அர்த்தத்தை ஏற்படுத்தித்தந்துள்ளது.

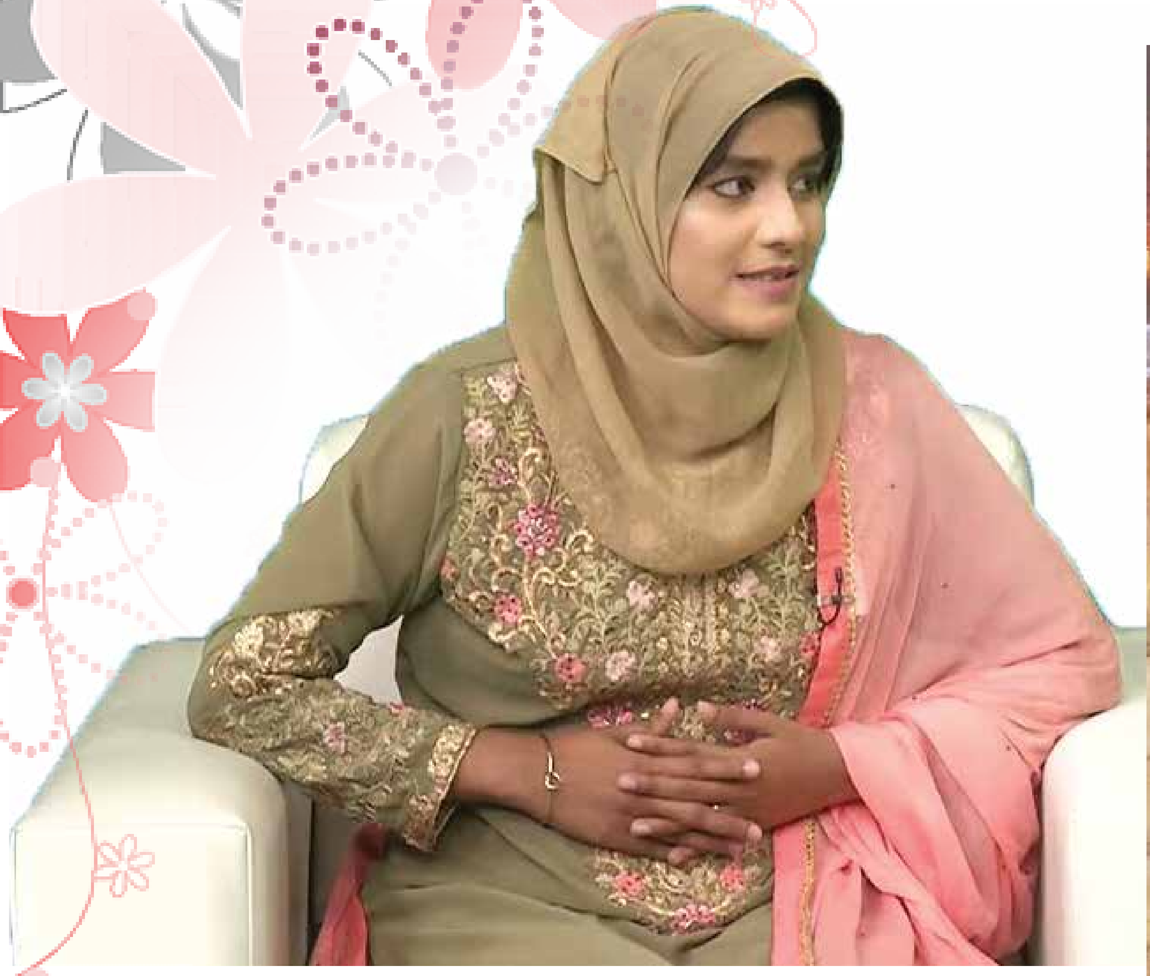
பகல் வேளைகளில் பெரும்பாலும் அச்சிறுவர்கள் வெளிவருவதில்லை மாலை அல்லது இரவு வேளைகளிலேயே எதை யாவது பெற்றுக் கொள்ள தெருவோர சிறுவர்கள் வெளிவருவர்.

நீங்கள் ஆரம்பித்த காலப்பகுதியை விட தற்போது உளவியல் துறை வளர்ச்சியடைந்து வரும், செல்வாக்கு மிகுந்த துறையாக மாறி வருகின்றது. இது பற்றி என்ன கூற விரும்புகிறீர்?

முன்னரை விட தற்போது உளவியல் துறையை பெரும்பாலானோர் விருப்பத்துடன் தெரிவு செய்வதையும், பிரபலம் பெற்ற பல முன்னணி கல்வி நிலையங்கள் உளவியல் துறையை மேம்படுத்தி அறிமுகப்படுத்தி வருவதையும் காணக்கூடியதாகவுள்ளது.
ஆண்கள் கூட உளவியல் கற்கைகளில் பெருவிருப்பத்துடன் ஈடுபட்டு வருகின்றனர். ஆண்,பெண் வேறுபாடற்ற வகையில் அனைவரும் உளவியல் துறையில் ஈடுபாடு காட்ட வேண்டும் தம்மைச் சுற்றியுள்ளவர்களுடன் சிறப் பான முறையில் அணுகுவதற்கு அனைவருக்கும் ஏதோவொரு வகையில் உளவியல் கற்கை அவசிய மாகின்றது.

The families we served were identified through the respective area's GS (grama sevaka) , Community leaders, village welfare societies, and from faith based leaders of all religious faiths in those districts so that help reaches all equally. We also obtained police support and a constable to escort our team members to deliver the items during curfew hours.

ரஸ்னி ராஸிக் அவர்களின் கணவர் மற்றும் பிள்ளை



இந்த நேர்காணலினூடாக விஷேடமாகக் கூற விரும்பும் செய்திகள் என்ன?

உங்கள் மீது நம்பிக்கை வையுங்கள். உங்கள் கனவுகளை நம்புங்கள். உங்களிடம் எதுவும் இருந்தால் தான் மதிக்கப்படுவீர்கள் இல்லையெனில் நீங்கள் யாரும் இல்லை என்று எப்போதும் இளைஞர்களைச் சுற்றி அழுத்தங்கள் இருந்து கொண்டிருக்கும். இவையனைத்திற்கும் மத்தியில் நீங்கள் உங்களை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். மற்றவர்கள் என்ன நினைக்கிறார்கள் என்பதைப் பற்றி அதிகம் கவலைக் கொள்ளாதீர்கள். நீங்கள் எதில் ஆர்வமாக உள்ளீர்கள், வாழ்க்கையில் என்ன செய்ய விருப்பப்படுகிறீர்கள், உங்களுக்கான பாதை எதுவென்பதைக் கண்டறிய கடினமாக உழைக்க வேண்டும். அவ்வாறு உங்களுக்கான வாழ்க்கைப் பாதையை கண்டறிவது விலைமதிக்கத்தக்கதொன்றாகும்.

இளைஞர்களுக்கு நான் கூற விரும்பும் இன்னொரு விடயம் என்னவெனில், உங்களை இன்னொருவருடன் ஒப்பிடாதீர்கள். ஏனெனில் அவ்வாறு ஒப்பிடும் போது நீங்கள் சாதகமற்ற, நிலையற்ற ஒரு கோட்டில் உங்களை வைத்துக் கொள்வீர்கள். மற்றவர்களால் பாதிப்படையாது ஈர்க்கப்படுபவர்களாக இருங்கள். உங்களை ஒப்பீடு செய்ய முற்படாதீர்கள். இந்த உலகில் உங்கள் தனித்துவத்தில் நீங்கள் ஒருவர் மட்டும் தான் இருக்கிறீர்கள். வேறொருவர் இல்லை. நீங்கள் மற்றொருவரைப் போன்று இல்லையென கவலைப்படுவதன் மூலம் நீங்கள் தாழ்த்தப்பட்டு, பலவீனமடைவீர்கள். உங்களுக்கான தனித்துவத்தை நம்புங்கள். சில சமயங்களில் அது ஆபத்துக்களை உள்ளடக்கியதாகக் கூட இருக்கலாம். நீங்கள் உண்மையிலேயே ஆர்வமுள்ள, விருப்பமுள்ள பாதையை கண்டுபிடித்து, அதில் உங்களால் இடக்கூடிய தனித்துவமான பங்களிப்பை இடுங்கள். அப்பங்களிப்பானது உங்களைத் தவிர வேறு யாராலும் இடமுடியாததாகும்.

மேலும் மற்றொரு விடயம் என்னவென்றால், மற்றவர்களுடன் இணைந்து செயற்படுங்கள். மற்றவர்களுடன் மகிழ்ச்சியாக இருங்கள். உங்கள் வாழ்க்கைச் சம்பவங்களை பகிர்ந்து கொள்ளக் கூடிய ஒருவர், அது நல்ல நண்பராகவோ அல்லது வயது வந்தவராவோ சரி இருக்கலாம். பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள். உங்களுடைய சமூகத்துடன் தொடர்பை வளர்த்துக் கொள்ளுங்கள். உங்கள் நண்பனைப் போல் தான் நீங்களும் இருக்க வேண்டும் என்றும், உங்களை வீழ்த்த வேண்டும் என்று எண்ணும் நண்பர் கூட்டம் அல்லாமல் உண்மையான நல்லுள்ளம் கொண்ட நண்பர் கூட்டத்தை வளர்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

sky தமிழ் TV CHANNEL
KIDS TALENT SHOW
திறமைக்கான போட்டி நிகழ்ச்சியின்
தலைமை நடுவர்கள்
பாத்திமா றிஸ்வானா
ஜனாதிபதி ஊடக விருது விழாவில்
சிறந்த கல்வி நிகழ்ச்சிக்கான விருது வென்ற
ஊவா சமூக வானொலியின் சிரேஷ்ட ஒலிபரப்பாளர்
கலாநிதி றியாத் ஏ.மஜீத்
தலைவர் - சிலோன் மீடியா போரம், ஸ்ரீ லங்கா.
பணிப்பாளர் - ஆசிரிய பீடம், மெட்ரோ லீடர்.
சஹானா மதுசூதன்
பிரதம நிர்வாகி மற்றும் நிகழ்ச்சி தொகுப்பாளர்
Ceylon Talk Youtube Channel
இணை நடுவர்கள்
ஆர்.எம்.சப்ராஸ், பாத்திமா ஷிப்னா ஆதம், குலசிங்கம் கிலசன், ஜவ்சன் அஹமட், எம்.பஹ்த் ஜுனைட்
முனீரா வாஹித், பாஷிரா ஜுனைடீன், முஹம்மட் ஹாசில், பஹ்ரியா பாயிஸ்
YouTube LIVE
Sky தமிழ் - இணைந்திடுங்கள்!
OUR PRINT MEDIA
துணிந்தெழு
sky Trust

புகைப்படத் தொகுப்பு

புகைப்படக் கலைஞர்களுக்கான களம்

இந்த மாத சிறந்த புகைப்படம்

அல்தாப் - சாய்ந்தமருது

Hubaib Muzammil
Watadeniya

T.Sujeepan
Mullaithivu

S.Thivyaashani
Hongkong

Ahamed Jazif
zahira college kalmunai.

புகைப்படத் தொகுப்பு

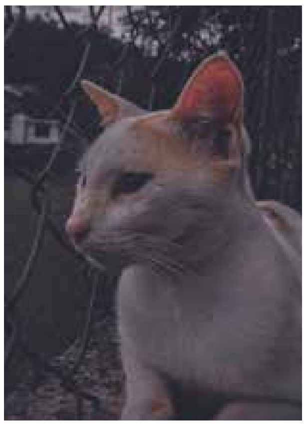
புகைப்படக் கலைஞர்களுக்கான களம்

ஷாருகா
மட்டக்களப்பு

Faijahmed
Maruthamunai

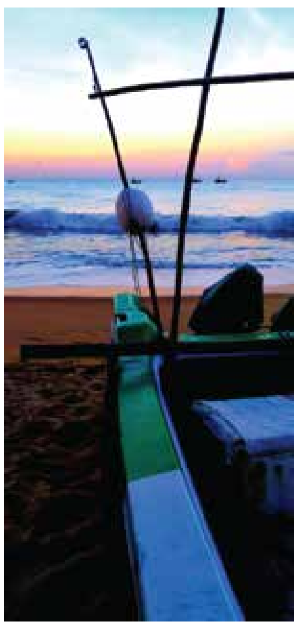
Fathima Haany Fazal
Matale

M.J.Yousuf Fathhy
Kattankudy



Zaid
akkurana

M.F.Ahamed
hapugastalawa



Fathima Rema
Akkaraipattu

Shaznah Farwin Shamsudeen
Thihariya

MMM. NIFLAN
Batticoaloa

Anas Dulfy
Kurunegal

துணிந்தெழு
வரலாறு படைக்க இருக்கும் வைர நெஞ்சங்கள்
@skytamil.lk
மாதந்தோறும் | இதழ் - 20 | 17 பெப்ரவரி 2022

வைத்தியர் கோ.பிரியா
ஆதி அகத்தியர் சித்த வைத்தியசாலை
அஸ்தம்பட்டி - சேலம் தமிழ்நாடு.

மூக்கடைப்பு நோய் (சைனஸ்) பிரச்சனை என்றால் என்ன?

நேர்காணல்
பைஷல் இஸ்மாயில்

மூக்கைச் சுற்றி நான்கு ஜோடி காற்றுப் பைகள் உள்ளது. இதற்கு மூக்கடைப்பு, சைனஸ், பீனிசம், நீர்க்கோவை, மூக்கு நீர் பாய்தல், சளி என பல பெயர்களில் அழைக்கப்படுகின்றது. நாம் சுவாசிக்கும் காற்றை தேவையானளவு வெப்பத்தில் நுரையீரலுக்குள் அனுப்பும் முக்கியமான வேலையை இந்த சைனஸ் காற்றுப் பைகள் செய்கின்றன. அதாவது, 'மியூகஸ் மெம்பரேன்' எனும் சளிச் சவ்வு மூக்கினுள் இருக்கின்றது. இது சைனஸ் திரவத்தை ஈரப்படுத்திக்கொண்டே இருக்கும். இதன் ஊடாக வெளிக்காற்று வெப்பத்துடன் நுழைந்தாலும், அதை தேவையான அளவு வெப்பத்தில் ஈரப்படுத்தி நுரையீரலுக்குள் அனுப்பிவிடும். இந்த சைனஸ் அறைகளின் திரவ வடிகால்கள் அடைபட்டு அங்கு திரவம் தேங்கும்போது மூக்கடைப்பு நோய் சைனஸ் (ளுைரெளவைளை) பிரச்சினை ஏற்படுகிறது.

இன்று ஏராளமானோருக்கு சளி (சைனஸ்) பிரச்சனை உள்ளது. இப்பிரச்சனையால் ஏராளமான மக்கள் ஒவ்வொரு வருடமும் பாதிக்கப்பட்டு வருகிறனர். ஆனால் பலருக்கும் இருப்பது சளி என்று சரியாகத் தெரிவதில்லை. பொதுவாக சளிப் பிரச்சனையை, சாதாரண சளி என்று சரியாக கவனிக்காமல் விட்டுவிடுவார்கள். இதனால் சளி சுரப்பி அல்லது சுவாசப் பாதையில் அழற்சி மற்றும் வீக்கமடைந்து சுவாசிப்பதில் சிக்கல் நிலையும் ஏற்பட்டுவிடும். மேலும், உடல் ஆரோக்கியம் பெருமளவில் பாதிப்பிற்குள்ளாகுவதுடன், சில சமயங்களில் காது கேட்கும்திறன், பார்வைப் பிரச்சனைகள் போன்றவற்றை சந்திக்கவும் நேரிடலாம்.

ஒருவருக்கு சாதாரண சளி என்றால் ஒரு வாரத்தில் குணமாகிவிடும். ஒரு வாரம் கடந்தும் சளி சரியாகாவிட்டால், அவர்களுக்கு சைனஸ் சுரப்பியில் அழற்சி ஏற்பட்டிருக்க வாய்ப்புள்ளது என்பதை நாம் அறிந்திருப்பது மிக அவசியமாகும்.

அதன் அறிகுறிகள் என்ன?

அடிக்கடி தும்மல், மூக்கு ஒழுகுதல், மூக்கடைப்பு, தலைவலி போன்றவை சைனஸ் பாதிப்பின் பொதுவான அறிகுறிகளாகும். கண்ணுக்குக் கீழே, கன்னம், முன்நெற்றி ஆகிய இடங்களைத் தொட்டால் வலி ஏற்படுதல், தலையைக் குனிந்தால் தலைப்பாரம் அதிகரிக்கும், காய்ச்சல், தொண்டையில் சளி கட்டல், இரவு நேரங்களில் கடுமையான இருமல், உடற்சோர்வு, மஞ்சள் அல்லது பச்சை நிறத்தில் கட்டியான மூக்குச் சளி வெளியேறல், சளியில் துர்நாற்றம் வீசும், வாசனை தெரியாது, ருசியை உணர முடியாது, வாய் துர்நாற்றம், காது அடைப்பு, பல் வலி போன்ற அறிகுறிகள் தோன்றும்.
இவைபற்றி தெளிவாக குறிப்பிட முடியுமா?

முகத்தில் வலி - ஒருவருக்கு சைனஸ் பிரச்சனை இருந்தால் முகத்தில் வலியை சந்திக்க நேரிடும். அதுவும் மூக்கைச் சுற்றியுள்ள பகுதியில்தான் வலியை அனுபவிக்கக்கூடும். அத்தோடு மேல் தாடை மற்றும் தாடைகள் இணையும் பகுதிகளிலும் வலியை சந்திக்க நேரிடும். தேவையில்லாத அழுத்தம் அல்லது பாரம் முகத்தில் கொடுப்பது போன்ற உணர்வு எழும். ஒருவேளை சளி பிரச்சனைகளுக்கு மருந்து எடுத்தாலும் இந்த வலியில் இருந்து விடுபட முடியாது. இன்னும் சில சமயங்களில் தலையை திருப்பினால் கூட வலி மற்றும் அழுத்தத்தை அனுபவிக்கக்கூடும்.

மஞ்சள் நிற சளி வெளியேற்றம் - சாதாரண சளி பிடித்திருந்தால் மூக்கிலிருந்து நிறமற்ற சளி வெளியேறும். அதுவே சைனஸ் பிரச்சனையாக இருப்பின் மூக்கில் இருந்து சளி மஞ்சள் நிறத்திலோ அல்லது பச்சை நிறத்திலேயோ வெளியேறும். இதேபோன்று வாயின் வழியாகவும் சளி வெளியேறும். இதற்குக் காரணம் சைனஸ் வைரஸாகும். சுவாசிக்கும் போது, நாசித் துளைகளில் சற்று வலியையும் சந்திக்கக்கூடும்.

கடுமையான இருமல் - நீண்ட நேரம் கடுமையாக இருமல் இருந்தால் சைனஸ் தொற்று ஏற்பட்டுள்ளது என்று அர்த்தம். குறிப்பாக இரவு நேரத்தில் இருமல் வருவதோடு, தூங்கும் நிலையும் பாதிக்கும். அதுவும் ஒருவர் மல்லாக்க படுக்கும்போது நாசித்துளையில் உள்ள சளி அப்படியே மீண்டும் தொண்டைக்கு சென்றுவிடும். இதனால் இரவு நேரத்தில் கடுமையான வறட்டு இருமலை சந்திக்க நேரிடுகிறது. இம்மாதிரியான நிலையில் தலையை சற்று உயரமாக வைத்துக் கொண்டு ஒரு பக்கமாக தூங்கவேண்டும்.

வாய் துர்நாற்றம் - ஒருவருக்கு சைனஸ் தொற்றுக்கள் இருந்தால் அவரது வாய் கடுமையான துர்நாற்றத்துடன் இருக்கும். பொதுவாக வாய் துர்நாற்றத்திற்கான பாக்டீரியாக்கள் உள்நாகில் வளர்ச்சி பெறுகிறது. இதனால் வாயினுள் துர்நாற்றம் வீசுகிறது. சைனஸ் இருக்கும் போது மூக்கைச் சுற்றி பாக்டீரியாக்கள் நிறைந்த சளி தேங்குவதால் கடுமையான துர்நாற்றத்தை உண்டாக்குகிறது. இதற்கு என்னதான் வாயை சுத்தமாக வைத்துக்கொள்ள பற்களைத் துலக்கினாலும் அந்தத் துர்நாற்றம் நீங்காது.

காது அடைப்பு - காதுகளுக்கும், சைனஸ் பிரச்சனைக்கும் தொடர்புள்ளது. சைனஸ் பிரச்சனை உள்ளவர்களுக்கு காதுப் பிரச்சனைகள் வரும் அபாயம் அதிகரிக்கும். அதுவும் காது மடல் இருந்து வலி ஆரம்பித்து, பின் காதுகளுக்குள் வலி தீவிரமாகத் தொடங்கும்.

பல் வலி - சைனஸ் பிரச்சனைக்கும், பல் வலிக்கும் என்ன சம்பந்தம் உள்ளது என்று நீங்கள் கேட்கலாம். ஆனால் சைனஸ் இருந்தால், அடிக்கடி பல் வலியை சந்திக்கக்கூடும். சைனஸ் சுரப்பியில் அதிக அழுத்தம் ஏற்படும்போது, தாடையின் மேல் பகுதியில் அதிக அழுத்தம் கொடுக்கப்படும். இதனாலேயே பல் வலி ஏற்படக் காரணமாக அமைகின்றது. இவ்வாறான நிலைமைகள் ஏற்பட்டால், வைத்தியரைச் சந்தித்து அதற்கான மருத்துவ ஆலோசனைகளைப் பெற்றுக்கொள்வதன் மூலம் சைனஸினால் ஏற்படும் பிரச்சினைகளில் இருந்து விடுபட முடியும்.

சைனஸ் பிரச்சனைகளில் இருந்து விடுபட ஏராளமான இயற்கை வைத்தியங்கள் உள்ளது. அவற்றில் சில எளிய இயற்கை வைத்தியங்களை நாமே செய்துகொள்ளவதன் மூலம் சைனஸ் பிரச்சனைகளில் இருந்து விடுபடலாம். அதற்கு முன்னர் சைனஸ் பற்றிய தெளிவும், அதனால் ஏற்படுகின்ற அறிகுறிகள் பற்றியும் நாம் அறிந்திருப்பது மிக மிக அவசியமாகும்.

மூக்கடைப்பு நோய் எதனால் ஏற்படுகிறது?

ஆரோக்கியக் குறைவு, சுற்றுச்சூழல் மாசு, ஒவ்வாமை இந்த மூன்றும்தான் சைனஸ் பிரச்சினைக்கு முக்கியக் காரணங்களாகும். குறிப்பாக பாக்டீரியா, வைரஸ், பூஞ்சைத் தொற்றுகள் மூலமாகச் சளி பிடிக்கும்போது சைனஸ் பிரச்சனை ஏற்படுகின்றது. மேலும், மாசடைந்த காற்றில் கலந்துவரும்

தொற்றுக்கிருமிகள் சைனஸ் அறைக்குள் புகுந்துவிடும்போது, மூக்கினுள் இருக்கும் 'சளி சவ்வு' வீங்கி அழற்சி ஏற்படும். இதனால் அளவுக்கு அதிகமாக நிணநீர் திரவம் சுரந்து மூக்கு வழியாக வெளியேறும்.

காய்ச்சல், தூசு, புகை, வாசனைத் திரவியம் காரணமாக ஒவ்வாமை ஏற்பட்டால், மிகவும் குளிர்ச்சியான உணவுப் பொருட்களை சாப்பிட்டால், பனியில் நடந்தால், மழையில் நீண்ட நேரம் நனைந்தால், சைனஸ் அறையில் அழற்சி அதிகரிக்கும்போதும், மூக்கில் சதை வளரும்போதும் நீர் வெளியேற முடியாதளவுக்கு மூக்கு அடைத்துக்கொள்ளும்.

மூக்கடைப்பு நோய் ஏற்படாமலிருக்க என்ன செய்யவேண்டும்?

சுயசுத்தம், சுற்றுப்புறச் சுகாதாரம் பேணுவதன் மூலம் கிருமித் தொற்றிலிருந்து பாதுகாத்துக்கொள்ளலாம். சமச்சீரான உணவுகளை எடுத்தல், காய்ச்சலை ஏற்படுத்தக்கூடிய விடயங்களில் இருந்து விடுபடல், காய்சல் உள்ளவர்களுடன் இருப்பதை தவிர்த்தல், ஒவ்வாமை உணவுப் பொருளைத் எடுக்காமல் இருத்தல், தூசு, புகைக்கு ஒவ்வாமை உள்ளவர்கள் வாகனத்தில் செல்லும்போது முகக்கவசம் அணிந்து கொள்ளல், தேவையான அளவுக்கு நீர் குடித்தல், ஐஸ், ஐஸ்கிரீம் போன்ற குளிர்ச்சியான உணவுப் பதார்த்தங்களைத் தவிர்த்தல் வேண்டும்.

மிக முக்கியமாக, குளிர்பானங்களைக் குடிக்கவே கூடாது, பனியில் அலையக் கூடாது, புகைபிடிக்கக் கூடாது, புகையுள்ள இடங்களில் வசிக்கக் கூடாது, மூக்குப்பொடி போடக் கூடாது, அசுத்தமான நீர் நிலைகளில் குளிக்கக் கூடாது, மூக்கைப் பலமாகச் சிந்தக் கூடாது, விரல்களால் அடிக்கடி மூக்கைக் குடையக் கூடாது, மூக்கடைப்பைப் போக்கும் இன்ஹேலரை அடிக்கடி பயன்படுத்துதல் போன்ற செயற்பாடுகளில் இருந்து கட்டாயமாக தவிர்ந்திருப்பது மிக முக்கியமானதாகும்.

இது தொடர்பில் நீங்கள் கூறும் அறிவுரைகள் என்ன?

இந்தப் பிரச்சினைக்கு ஒவ்வாமைதான் மிக முக்கிய காரணியாக இருப்பதால், ஒவ்வாமையை ஏற்படுத்தும் விடயங்களில் இருந்து தவிர்ந்து நடத்தல் வேண்டும். சைனஸ் பாதிப்பு ஏற்பட்டால் கொதிக்க வைத்த சுடுநீரில் ஒரு துணியை நனைத்து அதிகப்படியான நீரைப் பிழிந்து அந்தத் துணியால் நெற்றி, மூக்கு, கண்கள் போன்ற

இடங்களில் ஒத்தடம் கொடுக்கவேண்டும். இவ்வாறு 15 நிமிடத்திற்கு ஒருமுறை என ஒரு நாளைக்கு மூன்று தடவை செய்தால், மூக்கு பகுதியில் இரத்த ஓட்டம் அதிகரித்து சைனஸ் சுரப்பியில் உள்ள அடைப்புக்கள் திறக்கப்படும்.

நன்கு கொதிக்க வைத்த நீருடன் சிறிது வேப்பிலை அல்லது வெந்தயத்தைப் போட்டு ஆவி பிடிக்கவும். இவ்வாறு செய்வதன் மூலம் சைனஸால் ஏற்படும் தலைவலி, மூக்கடைப்பு போன்ற பிரச்சனைகளில் இருந்து உடனடியாக விடுபடலாம். நீரில் வேப்பிலை, வெந்தயம் போன்றவற்றை சேர்ப்பதால் அதிலுள்ள அன்டி பக்றீரியா, சைனஸ் சுரப்பிகளில் உள்ள தொற்றுக்கள் போன்றவற்றை அழிக்க உதவுகின்றது. அதுமாத்தரிமல்லாமல் சளி இளகி எளிதில் வெளியே வந்துவிடும்.

வெள்ளைப் பூண்டில் அன்டி பக்றீரியல் மற்றும் பூஞ்சை எதிர்ப்புத் தன்மைகள் உள்ளது. எனவே சைனஸ் பிரச்சனை உள்ள ஒருவர் வெள்ளைப் பூண்டு பற்களை நீரிலிட்டு கொதிக்க வைத்து அந்நீரைக் குடிக்கலாம். இதனால் உடனடி நிவாரணம் கிடைக்கும். தேசி இலைகளை நீரில் போட்டு கொதிக்க வைத்து அந்நீரில் ஆவி பிடிக்க வேண்டும். இதனால் அதில் உள்ள மருத்துவப் பயன்கள் சைனஸ் சுரப்பிகளில் உள்ள தொற்றுக்களை அழித்து, சைனஸ் பிரச்சனையில் இருந்து விடுவிக்கும். தேசி இலைகளைப் போட்டு கொதிக்க வைத்த நீரால் தினமும் 2 முறை வாயைக் கொப்பளித்தாலும் சைனஸில் இருந்து விடுபடலாம்.

குறிப்பாக காலையிலும், இரவிலும் நீராவி பிடிப்பது நல்லது. இதனால் மூக்கில் உள்ள சளி இளகிச் சுலபமாக வெளியேறிவிடும். தொற்றுக் கிருமிகள் இருப்பதாகத் தெரிந்தால் வைத்தியரின் ஆலோசனைகளுக்கமைவாக தகுந்த மருந்துகளை எடுத்துக்கொள்வது சிறந்தது.

junior துணிந்தெழு

3.56 நிமிடம் இரண்டரை வயது சிறுவனின் வியக்க வைக்கும் சாதனை

கண்டி மாவட்டத்தில் அக்குறனை பிரதேசத்தை சேர்ந்த ரிகாஸ் ஹலீம் தீன் மற்றும் அஸ்மியா தம்பதிகளின் செல்வ புதல்வன் சீத் அவர்கள் Asian Book Record புத்தகத்தில் தனது பெயரை நிலைதநாட்டி சாதனை படைத்துள்ளார்.

ஆசிய கண்டத்தில் உள்ள 48 நாடுகளில் சிறிய வயதில் சாதனை படைத்து Grand master என்ற பட்டத்தை ஆசிய சாதனைப் புத்தகத்தில் நிலைநாட்டி இலங்கை நாட்டிற்கும் அக்குறனை பிரதேசத்திற்கும் குறிப்பாக மேல் சென்னைக்கும் பெருமை சேர்த்துக் கொடுத்துள்ளார்.

இரண்டரை வயதுடைய இந்த சிறு பிள்ளை 3 நிமிடம் 56 செக்கன்களில் மிருகங்கள், பறவைகள், நிறங்கள், பழங்கள், வாகனங்கள் என கிட்டத்தட்ட 95 புகைப்படங்களை அடையாளப்படுத்தியதன் காரணமாக இந்த சாதனைக்கு சொந்தக்காரராக மாறியிருக்கிறார்.

இந்தச் சிறு குழந்தையின் ஆற்றல்கள் மென்மேலும் உயர வேண்டும் இறைவன் அதற்கான அனைத்து அருள்களையும் வழங்க வேண்டுமென பிராத்தனை புரிவதுடன் மேலும் பல சாதனைகளையீட்டி வெற்றிகளுடன் பயணிக்க ஸ்கை தமிழ் ஊடக வலையமைப்பு சார்பாக வாழ்த்துக்களையும், பாராட்டுக்களையும் தெரிவித்துக் கொள்கிறோம்.

சிறுவர்களின் திறமைகளுக்கு களம் அமைத்துக் கொடுக்கும் வகையில் துணிந்தெழு சஞ்சிகையில் ஆரம்பிக்கப்பட்டுள்ள "Junior துணிந்தெழு" பக்கத்தில் உங்கள் சிறார்களின் ஆக்கங்களும் இடம் பெற விரும்பினால் ஆக்கங்களை எமக்கு அனுப்பி வையுங்கள்..!!!

+97431060249 skytamil.lk@gmail.com

www.skytamilmedia.com

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