

தாங்க

தங்கம்: 17 மங்கை: 7 மார்ச்: 2017 ரூ.25/-

மாங்கை

<https://t.me/SKLINKS>

தமிழ் குடும்பங்களின் தலைசிறந்த வாழ்வியல் காட்டி

தொண்டு
செய்ய
வயது
தடை
இல்லை

மகளிர் தொழில்
முனைவோர்

ஒரு விரிவான ஆய்வு!

புரட்சிப்
பெண்
சந்தா
கொச்சார்!



கடமைகளுக்கும்
கண்ணிகளுக்கும்!



கருப்பு
என்பது
சுதந்திரத்தின்
நிறம்!

சூரியகதிர்
இலவச
மருத்துவம்!

பெண்ணே...
மடமை
சொல்...



இதழின்
இணைப்பு

பெற்றோருக்கு பெருமை
தேடித்தருவேன்

நடிகர் சாந்தனு ரெகிழ்ச்சி

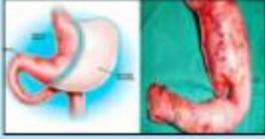


LASER & LAPAROSCOPIC HOSPITAL



Dr. ANISHA ASHOK

MS, M.Ch., SGE MRCs (Edin) FACS DMAS (Diploma in minimal access Surgery)
STRASBOURG, FMAS (Fellow of minimal access surgery) Fellow in Robotic Surgery
Surgical Gastro-Enterology – Laser & Laparoscopic Services



ஊளைச் சதை அல்லது உடல் குண்டாக இருப்பது உடலையும் மனதையும் பாதிக்கிறது. உடல் அசதியானாலும் சங்கடமான நிலைகளாலும் மனக் கலக்கமடைகிறார்கள். இதனால் ஆஸ்துமா, மூச்சகத்திணறல், ரத்தக் கொதிப்பு, தாக்கத்தில் மூச்சு நின்று

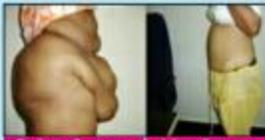
போவது, கொலெஸ்ட்ரால் அதிகமாகவது, பித்தப்பை கல் உண்டாவது, கல்லீரல் பருமனாவது, மூளையில் கட்டிகள், மார்பக கட்டிகள், குடல் புற்று, நீரிழிவு, இரண்டு கால் மூட்டுகளிலும் வலி என ஏற்பட்டு இறுதியில் மனச்சோர்வு உண்டாகி, தூழ்வு மனப்பான்மையில் விட்டுவிடுகிறது. அறுவை சிகிச்சை ஒன்றே ஒருசில வகை ஊளைச்சதைக்கு தீர்வாக உள்ளது. லேப்ராஸ்கோபி அறுவை சிகிச்சையில் பலவகை உள்ளது. எனவே தகுந்த முறையைத் தேர்வு செய்து திறமட செய்ய வேண்டும். அறுவை சிகிச்சைக்கு பின்பும், உணவுக்கட்டுப்பாடு, உற்பயிற்சி மேற்கொண்டால் நல்ல பலன் கிடைக்கும்.



பித்தப்பை அறுவை சிகிச்சை:

பித்தப்பையில் ஏற்படும் சில கோளாறுகளுக்கு அறுவை சிகிச்சை பெரிதும் உதவுகிறது. பித்த நாளத்தில் உண்டாகும் கற்களால் பித்தப்பை உபாதைகள் ஏற்படுகிறது. பித்தக் கற்கள் பல இடங்களில் உண்டாகலாம்.

1. நாளக்குழாயில் அடைப்பை ஏற்படுத்தி வலி ஏற்படுவது.
2. பித்தப்பை அழற்சி அல்லது தொற்று ஏற்பட்டு பாதிப்படைவது.
3. பித்தப்பை நாள அடைப்பு முன்கூடல் பகுதியை அடைத்துக் கொண்டு ஆபத்தான நிலையை உருவாக்குவது. இந்த மூன்று வகை பாதிப்பிற்கும் லேப்ராஸ்கோபி அறுவை சிகிச்சையே சிறந்தது.



Before Surgery | After Surgery

ஹெர்னியா: குடல் பிதுக்கம் என்பது உடலின் கவர் பாகத்தை மீறி வெளியேறுவதாகும். முன்பு அறுவை சிகிச்சை செய்து கொண்ட இடத்தில் குடல் பிதுக்கம் ஏற்படலாம். இதபோல ஹெர்னியா உள்ளவர்கள் பளுவான பொருளைத் தூக்கி வயிறு குடல் பகுதிக்கு வலியை ஏற்படுத்திக் கொள்ளக்கூடாது. இவ்வாறு ஏற்படும் குடல் பிதுக்கம் சிக்கலாகி பின்னிக் கொண்டு ரத்த ஓட்டத்தை தடைசெய்து, உயிருக்கு ஆபத்தான நிலையை ஏற்படுத்தும். எனவே ஹெர்னியா என்று தெரிந்தவுடன், பிரதீயகமான லேப்ராஸ்கோபி அறுவை சிகிச்சை செய்து கொள்வது நல்லது. பிதுங்கிய பாகத்தை உள்ளகக்குத் தள்ளி, ஓட்டை உள்ள பாகத்தை தைத்து விடுவார்கள். இதனால் ஆபத்தை தவிர்க்க முடியும். ஹெர்னியாவை பழுது பார்ப்பது என்கிற இந்த சிகிச்சை முறையை ஹெர்னியோரேபி, அட்டமினோ பிளாஸ்டி என்று கூறுவதுண்டு. இதனை லேப்ராஸ்கோபி மூலம் சரி செய்து விட முடியும்.



வயிற்று ஏப்பம், எதுக்கனிப்பு:

GERD என்று அழைக்கப்படும் இந்தக் கோளாறு நெஞ்சு எரிச்சல், அஜீரணம், ஏப்பம், நடு நெஞ்சுப்பகுதியில் வலி போன்ற அறிகுறிகளைக் கொண்டது.

12 வயதுக்குட்பட்டவர்களுக்கும், பெரியவர்கள் சில வகையினருக்கும் இந்த அறிகுறிகள் இல்லாமல் இருக்கும். ஆனால் வறட்டு இருமல், ஆஸ்துமா போன்ற அறிகுறிகள் தோன்றும். மருந்துகளும் வாழ்க்கை முறை மாற்றங்களும் பயன்தராதுபோது அறுவை சிகிச்சை மட்டுமே பலன் தருகிறது. பன்டோப்ளிகேஷன் என்கிற முறை மூலமே அறுவை சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது. நிஸன் பன்டோப்ளிகேஷன் என்கிற நுண்ணிய முறையில் சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது.

MASTER HEALTH CHECKUP

24 Hours Ambulance for Transport



CENTRE FOR HEPATOBIILIARY & PANCREATIC DISEASES

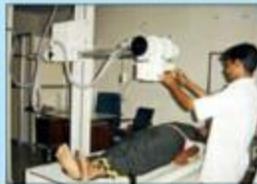
CENTRE FOR LASER & LAPAROSCOPIC SURGERY

Laparoscopic Anti Obesity Surgery
Laparoscopic Cholecystectomy
Laparoscopic G.J. Vagotomy
Laparoscopic Fundoplication
Laparoscopic Splenectomy
Laparoscopic Hysterectomy

Laparoscopic Appendectomy
Laparoscopic Ovarian Cystectomy & Ovarian Tumor Removal
Laparoscopic Adhesiolysis
Laparoscopic Umbilical Hernia Repair
Laparoscopic Hemiorrhaphy

Laparoscopic Nephrectomy
Thyroid & Paratid Surgery
Breast Cancer
IRC & Laser Treatment for Piles
Without Surgery Laser Treatment for Piles
Specialised Urological Procedures

Laser Turp (Prostate)
Kidney Stone & Ureteric Stone removal without surgery
Video Endoscopy
Colonoscopy & Ultrasonogram
E.R.C.P.



- A 50 bedded Hospital • Twin Operation Theatres • Inhouse Pharmacy 24 Hours • Physiotherapy for Pre Operative & Post Operative Treatment • OPD by Dr. ANISHAASHOK at 11 to 7 pm, Prof. S.Ashok & Senior Consultant at 4 to 6 pm

Dr.JAYANTH V. KUMAR M.S Mch, VASCULAR SURGERY, Dr.KAMATCHI, MCh PLASTIC SURGERY,
Dr. SRIMATHI MD, DGO GYNAECOLOGY, Dr.SUNIL SHROFF M.S UROLOGY

121, G.N.Chetty Road, T.Nagar, Chennai – 600 017, Tel: 044 2815 0651 / 2815 4590 / 2815 4830,
Fax : 0091 44 2815 3138 / E-mail : ashokllhtnagarchennai@gmail.com, www.laserandlaparoscopichospital.com

18



மகளிர் தொழில் முனைவோர்

ஒரு விரிவான ஆய்வு!



42

கடமைகளும், கண்மணிகளும்!

கருப்பு என்பது சுதந்திரத்தின் நிறம்!



06



பெற்றோருக்கு பெருமை தேடித்தருவேன்

நடிகர் சந்தனு நெழிச்சி!

38



புரட்சிப்பெண் சந்தா கொச்சார்!

தொண்டு செய்ய வயது தடை இல்லை



59



சூரியகதிர் இலவச மருத்துவர்!

50

- * பொன்னியின் செல்வன்..... 22
- * இவர்கள் பார்வையில் பெண்கள்!..... 10
- * காலம் கடந்த கர்ப்பமா! கவனம்!!..... 37
- * மொழி, இனம், நாடு! 52
- * தையல் தொடர்..... 27
- * நூல் மதிப்புரை 26,47,56
- * நகைச்சுவை தோரணங்கள் 44

14



காயறிந்து உண்!

தங்க மாங்கை

குடும்ப நல இதழ்

தங்கம்: 17 மங்கை: 7 மார்ச் 2017

ஆசிரியர் - சக்தி

- செய்தியாளர்கள் -

கண்ணம்மாள், கீதா, லோகநாதன், அரவிந்த் பிரபு, செளந்தர், க.செழியன், அ.அக்பர், காசு.நாகராசன்.

ஒவியர் - செந்தமிழ்

தங்க மாங்கை எண்.339 (ப.எண்.249)

அண்ணாசாலை, தேனாம்பேட்டை, சென்னை - 6. தொ.பே : 24328383 / 65297586

மின்னஞ்சல்: thangamangaithamizh@gmail.com

thangamangai@yahoo.co.in

கதைகளில் வரும் பெயர்களும் நிகழ்ச்சிகளும் கற்பனையே. படைப்புகளைச் சுருக்கவும், திருத்தவும் ஆசிரியருக்கு முழு உரிமை உண்டு. இதழில் பிரசுரமாகாத படைப்புகளைத் திருப்பி அனுப்ப இயலாது. தங்க மாங்கை முகவர்கள் மற்றும் சந்தா செலுத்துவோர் அனுப்பும் வரைவோலை மற்றும் காசோலை, பணிவிடை ஆகியவற்றை "சுவத் இந்தியா பப்ளிகேசன்ஸ்" என்ற பெயரில் அனுப்பும்படி கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

உலகிக்கும்

கிளி அனைத்து தளங்களிலும்

தங்க மாங்கை

வாசகர்களின் வாசிப்பில்!

http://www.magzter.com/IN/THANGAMANGAI/Thangamangai/HOME/

அரசு

நம்பிக்கை வாக்கில் அறுதிப் பெரும்பான்மையோடு எடப்பாடி பழனிசாமியின் அரசு வெற்றிபெற்று ஆட்சியை உறுதி செய்து கொண்டது. இனி அடுத்த நாளுக்கு ஆண்டுகளுக்கு எடப்பாடி பழனிசாமி தலைமையிலான அரசே தொடரப் போகிறது என்கிற நிலையில், இந்த அரசு நிலையான ஆட்சியை வழங்க வேண்டும் என்கிற விருப்பத்தைத் தெரிவிக்கிற ஒவ்வொருவருக்கும், இந்த அரசின் மீது பல எதிர்பார்ப்புகளும் இருக்கவே



செய்கின்றன. நாட்டில் அரசாளுகிற கட்சியின் பொதுச் செயலாளர் ஊழல் வழக்கில் தண்டனை பெற்று சிறையில் இருக்கிறார். அவரது அக்கா மகன் என்கிற காரணத்தால் டி.டி.வி. தினகரன் அக்கட்சியின் தலைமைப் பொறுப்பில் இருக்கிறார். இவர்களது வழிகாட்டலில்தான் இந்த அரசு இயங்குகிறது என்கிற குற்றச்சாட்டுகள் எதிர்கட்சியினராலும், அரசியல் விமர்சகர்களாலும் முன்வைக்கப்படுகின்றன.

சமூக வலைதளங்களிலும், ஊடகங்களிலும் இவை பெரும் விவாதப் பொருளாகவே வலம் வருகின்றன. அந்தச் சூழலில் பொறுப்பேற்றிருக்கிற எடப்பாடி பழனிசாமி கட்சிக்குள், ஆட்சியில் மட்டுமல்ல, நாட்டுக்குள்ளும் பல்வேறு சிக்கல்களை எதிர்கொள்ள வேண்டியிருக்கிறது. குறிப்பாக, எப்போதும் தமிழகம் அண்டை மாநிலங்களால் வஞ்சிக்கப்படும் நீராதார சிக்கல்கள் இன்னமும் அதிகரித்துள்ளன. பருவமழை பொய்த்து வறட்சியின் கோரப் பிடிக்குள் சிக்கிவரும் அபாயமும் தெரிகிறது. தொடரும் விவசாயிகளின் தற்கொலைகள், வறட்சி, வேளாண்மை நசிவு காரணமாக பஞ்சமும், பட்டினிச் சாவுகளும் வந்துவிடாமல் தடுப்பு நடவடிக்கைகள் மேற்கொள்ள வேண்டியது முதன்மைக் கடமையாக இருக்கிறது.

அரியலூர் நந்தினி, ஹாசினி போன்ற பெண்களுக்கு எதிரான பாலியல் வன்முறைகள் தொடர்ந்து அதிகரிப்பதும், கூலிப்படை யினரின் நடவடிக்கைகள் தொடர்ந்து மலிந்திருப்பதும் சட்டம் ஒழுங்கை அச்சுறுத்துகின்றன. நடுவண் அரசின் உயர் பணமதிப்பு நீக்கம் உள்ளிட்ட பொருளாதார நடவடிக்கைகள் சாமான்ய மக்களை கடும் நெருக்கடிகளில் தள்ளியிருக்கின்றன. வேலை வாய்ப்புகள்-தொழில்கள் முடக்கம் ஆகியவை பொருளாதார ரீதியாக மக்களை தடுமாற வைத்துள்ள நிலையில், இவற்றிலிருந்து மக்களை மீட்டெடுக்கும் நடவடிக்கைகள் முதன்மைத் தேவையாகியிருக்கின்றன.

இதேபோல நடுவண் அரசின் கல்விக் கொள்கைகள் தமிழகத்தின் சமூக நீதிக் கொள்கைகளுக்கு வேட்டு வைப்பதாகவும் மீத்தேன், ஹைட்ரோ கார்பன், நியூட்ரான்

போன்றவை தமிழகத்தின் இயற்கை மற்றும் வேளாண் தொழில்களை அடியோடு ஒழிப்பதாகவும் இருக்கின்றன. இவற்றிற்கெதிராக தமிழ்நாட்டில் பலரும் போராடிக் கொண்டிருக்கிற நிலையில் மக்களின் உணர்வுகளையும் தமிழகத்தின் நலனையும் காப்பாற்ற வேண்டிய பெரும் பொறுப்பு புதிய அரசின் முன் நிற்கின்றது. எனவே, உள்கட்சி மோதல்களுக்கோ, எதிர் விமர்சனங்களுக்கோ முகங்கொடுத்துக் கொண்டிருக்காமல் நேர்மை, வாய்மை, துணிவு, தொலைநோக்கு கொள்கையோடு புதிய அரசு செயல்படத் துணிய வேண்டும் என்பதே மக்களின், சமூகப் பற்றாளர்களின் எதிர்பார்ப்பாக

நீலையானதாக மட்டுமின்றி நேர்மையானதாகவும் செயல்படட்டும்!

இருக்கிறது. ஆயிரம் விமர்சனங்களுக்கு அப்பாலும் திமுக அரசின் காலங்களில்தான் எத்தனையோ பல தொலைநோக்குத் திட்டங்கள் செயல்படுத்தப்பட்டன. உள்கட்டமைப்புகள் தொழில் வளர்ச்சி இப்படி பல பணிகள் செயல்படுத்தப்பட்டதையாரும் மறுக்க முடியாது. கடந்த 2011-16 காலத்தில் அதிமுக அரசும் பல நலத் திட்டங்களைத் தீட்டியது. செயல்படுத்தியிருக்கிறது என்பது உண்மைதான். எது எப்படியானாலும் கடந்த 50 ஆண்டுகளாக தமிழகத்தின் ஆட்சிப் பொறுப்புகளில் இருந்து வருகிற கழகங்களின் ஆட்சியில், சில பல குறைகளைக் கடந்து பல வளர்ச்சிப் பணிகள் செயல்படுத்தப்பட்டுள்ளன. கல்வி, சமூக, பொருளாதார ரீதியாக வட நாட்டிற்கும் தமிழ்நாட்டிற்கும் எவ்வளவோ வேறுபாடுகள் இருக்கின்றன. வடநாடுகளிலிருந்து ஆயிரம் லட்சமாக ரயிலேறி வருகிற தொழிலாளிகள் தமிழ்நாட்டை வசந்தத்தின் பூமியாகவே பார்க்கிறார்கள். இந்த மாற்றங்கள் கழக ஆட்சிகளின் சாதனை என்பதை யார்தான் மறுக்க முடியும்? ஆனால், கழகங்களை போகி கொண்டாடுவதாக சிலர் பேசித் திரிகிறார்கள். மனம் போன போக்கில் கருத்தைப் பேசுகிறார்கள். இவற்றையெல்லாம் கவனத்தில் கொண்டு ஆளுகிற கட்சியும், எதிர்க்கட்சியும் தங்கள் சொந்த நலன்களைக் கடந்து தமிழ், தமிழர், தமிழ் நாட்டு நலனில் போட்டி போட்டுப் பணியாற்ற வேண்டும். நாட்டை முன்னேற்றப் பாதையில் கொண்டு செலுத்த வேண்டும் என்கிற நமது விருப்பங்களையும், எதிர்பார்ப்புகளையும் முன்வைக்கிறோம்.

சம்பந்தப்பட்டவர்கள் சிந்திக்க வேண்டும்.

எப்போதும் நான்

நீ மகிழ்ச்சியாய்
 இருக்கும் போது
 உன்னுடன் இருப்பேன்
 உன் மகிழ்ச்சியை ரசிக்க!
 நீ துயராய்
 இருக்கும் போதும்
 உடன் இருப்பேன்
 உன் கண்ணீரை துடைக்க!
 - சுசீலா, திருநாகேஸ்வரம்.



துளிப்பாக்கள்

நீயின்றி நானில்லை
 நானின்றி நீயில்லை
 இணை செருப்பு.



நாடகத்தில் அன்னப்பூரணியாக
 நடித்தவள் மயங்கி விழுந்தாள்
 இரண்டு நாள் பட்டினி.
 - சிவானந்தம், கோவில்பட்டி



கருணையில்லா இல்லம்
 கருவறையே கல்லறையாய்
 பெண்சிசு கருக்கொலை.

உடைந்து வீழ்ந்தாலும்
 எழுச்சியுடன் மீண்டுவருகிறது
 பிறை 'பெளர்ணமியாய்'.

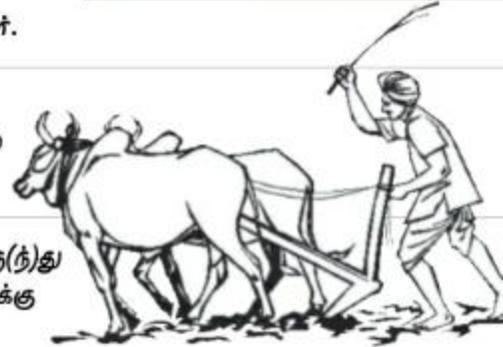


வாடியது வாடினான்
 கருகுகிறது கருகுகிறான்
 பயிரில் உழவனின் உயிர்.

நறுக்குகள்

முற்றத்தில் அனாதையாய்
 சோற்றுப் பருக்கைகள்
 சுற்றத்துடன் காகங்கள்
 வெளி வாசலில்...!
 - க.சு. மணியன், பெரணமல்லூர்.

சுதந்திரம் கிடைத்தும்
 ஓயவில்லை போராட்டம்
 விவசாயிக்கு.



சேற்றில் நடித்தவருக்கு விருந்து
 சேற்றிலேயே வாழ்பவருக்கு
 பட்டினி.

தீயாக்க



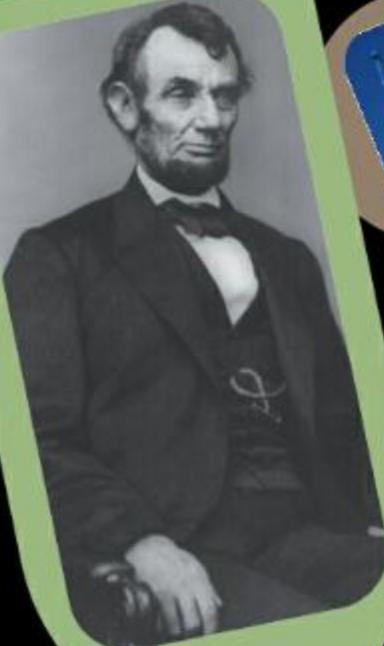
உயிர்விட்டு
 உயிர்
 கொடுத்தேன்
 என்றது
 தீக்குச்சி!
 அதை நினைத்து
 தான்
 உருகுகிறேன்
 என்றது
 மெழுகுவர்த்தி!
 - சுசீலா,
 திருநாகேஸ்வரம்.



செய்கிறது கடமையை
 எதிர்பார்ப்பதில்லை பலனை
 கடிசாரம்.
 - வ.செ.குணா, தருமபுரி.

ஓமனிதம்

கருப்பு என்பது சுதந்திரத்தின் நிறம்!



"கல்யாணம் கட்டிக்கிற பெண் நல்லா சிவப்பா இருக்கனும், சாப்பிடுகின்ற சோறு வெள்ளையா இருக்கனும், முதன் முதல்லா வாங்குற கார் வெள்ளையா இருக்கனும், துக்க வீட்டுல கருப்பா உடுத்திக்கனும். வெள்ளக்காரன் உருவாக்குற வாழ்க்கையா வெள்ளைக் காரனவே வாழனும்னு இந்த பயலுக நினைக்குற நெனப்பு தான் இன்னைக்கி வரைக்கும் உலக நாடுகளில் மனதளவிலும், பொருளாதாரத்திலும், வாழ்விலும் அடிமைகளாக வைத்திருக்கின்றார்கள் இந்த வெள்ளை நிறத்தவர்கள் என்று இந்துஸ்தான் கல்லூரியின் துணை முதல்வர் திஸிப் அவர்கள் என்னிடம் கூறினார்.

அமெரிக்கா செவ்விர்தியர்களை துரத்திவிட்டு ஐரோப்பிய காலனிகள் தடம் பதித்த நாடாகும். அமெரிக்காவானது அகதிகளுக்கு காண புகலிடமாகவே என்றும் விளங்கியது. இன்று அதன் நிலை வேறானது. 7 நாடுகளுக்கு தன்னுடைய திறந்த கதவுகளை மூடியிருக்கின்றது அமெரிக்கா. ஆனாலும், அமெரிக்க வரலாற்றில் என்றும் பிரிக்கவே முடியாத கருப்பின மக்களுக்கு இன்னும் திறக்கப்படாத கதவுகள் அமெரிக்கர்களின் மனதிற்குள் இருக்கின்றது.

பிப்ரவரி மாதமானது அமெரிக்கா, கனடா போன்ற அமெரிக்க நாடுகளில் கருப்பின மக்களின் வரலாற்று மாதமாக கடைபிடிக்கப்படுகின்றது. 1926 இல், அடிமை முறையை ஒழித்த, அமெரிக்காவின் 16 ஆம் குடியரசுத்தலைவர் ஆப்ரகாம் லிங்கன் அவர்களையும், கருப்பின மக்களின்

சுதந்திரத்திற்காக போராடிய ஃபெட்ரிக் டக்லஸ் அவர்களை நினைவில் கொள்ளும் வகையில் கருப்பின வரலாற்று வாரம் கடைபிடிக்கப்பட்டது. 1926இல் முதல் பிப்ரவரி மாதம் இரண்டாம் வாரம் கொண்டாடப்பட்ட கருப்பின மக்களின் வரலாற்று வாரம் 1970இல் இருந்து பிப்ரவரியிலிருந்து வரலாற்று மாதமாக கொண்டாடப்படுகின்றது.



பா.மகிழினி

1861ஆம் ஆண்டு நடைபெற்ற அதிபர் தேர்தலில் அடிமை முறை ஒழிக்கப்படும் என்ற அறிக்கையினை வெளியிட்டிருந்தார். இதற்கு அமெரிக்காவின் வடக்கு மாகாணங்களில் பெரும் வரவேற்பும், தெற்கு மாகாணங்களில் பெரும் எதிர்ப்பும் இருந்தது. வடக்கு மாகாணங்களின் பெரும் ஆதரவினை பெற்று 16ஆம் அதிபராக பதவியினை ஏற்றார் ஆப்ரகாம் லிங்கன். தெற்கு கரோலினா, மிசிசிப்பி, ஃப்ளோரிடா, அலபாமா, ஜார்ஜியா, லூசியானா, மற்றும் டெக்ஸாஸ் மாகாணங்கள் இந்த அடிமை ஒழிப்பு முறைக்கு பெரும் எதிர்ப்பை ஏற்படுத்தி அமெரிக்காவுடனான போரினைத் தொடங்கியது. இந்த ஏழு மாகாணங்களும் வேளாண் தொழிலை அடிப்படையாகக் கொண்டு அமைந்த மாகாணங்களாகும். மேலும் அந்த பண்ணைகளில் வேளாண் தொழில் செய்வதற்காக அடிமைகளை வைத்திருந்தார்கள்.

உலகெங்கும் தன்னுடைய அதிகார கரத்தினால் பெரும் ஆதிக்கம் செய்த ஐரோப்பிய காலனிகள் ஆப்பிரிக்கா மற்றும் இந்தியாவிலிருந்து வேறு நாடுகளுக்கு பண்ணை வேலைகளுக்காக மக்களை நாடு கடத்தினார்கள். ஆப்பிரிக்காவில் இருந்து அடிமைகளை ஐரோப்பிய நாடுகளுக்கு கொண்டு செல்வதை வழக்கமாக வைத்திருந்த காலனிகள், அமெரிக்காவின் மேம்பாட்டிற்காக அடிமைகளை

வர்த்தகம் செய்யத் தொடங்கினார்கள். விலைக்கு வாங்கப்படும் கருப்பின மக்கள் அமெரிக்க நாடுகள் பண்ணைகளில் அடிமைகளாக இருந்தார்கள். இவர்களுக்கான உரிமைகள் மறுக்கப்பட்டிருந்தது. இம்மக்கள் காலனி நாடுகளில் பாலியல் அடிமைகளாகவும் பயன்படுத்தப்பட்டு வந்தார்கள். இந்த அடிமைகள் மேட்டுக்குடி மக்களின் சொத்தாகவே நிர்ணயிக்கப்பட்டது. மேலும் அடிமைகளை வாங்கவும் விற்கவும் செய்தார்கள்.

அமெரிக்காவில் முதலில் காலடி வைத்த யோர்த்துகீசியர்கள்தான் ஆப்பிரிக்க அடிமைகளுக்கான சந்தையை, போர்ச்சுகல்லின் கடற்கரை நகரமான லாகோசில் முதன் முறையாக உருவாக்கினார்கள். 15ஆம் நூற்றாண்டின் தொடக்க காலத்திலிருந்து

ஆப்பிரிக்காவிலிருந்து மக்கள் அடிமைகளாக ஐரோப்பாவிற்கு ஏற்றுமதி செய்தார்கள். இந்த அடிமைகளை அப்படியே தாங்கள் ஆக்கிரமித்திருக்கும் அமெரிக்காவின் வெப்பமண்டல காலனிகளில் வேலைக்காக இறக்குமதி செய்யப்பட்டார்கள். இந்த அடிமைகள் கரும்பு, புகையிலை, வாழை, காபி மற்றும் பருத்தி பண்ணைகளிலும், வெள்ளி மற்றும் தங்க சுரங்கங்களிலும், வயல்களிலும், கட்டடத் தொழில்களிலும், கப்பல் கட்டும் நிறுவனங்களிலும், வீடுகளிலும் வேலைக்கு அமர்த்தப்பட்டார்கள். இந்த காலகட்டத்தில் அமெரிக்காவின் பூர்வகுடிகளான செவ்விந்தியர்களையும் அடிமைகளாகவே நடத்தினார்கள் ஐரோப்பியர்கள். 16ஆம் நூற்றாண்டிலிருந்து 19ஆம் நூற்றாண்டு வரை அம்மக்கள் அடிமைகளாகவே வாழ நேரிட்டது. மேலும் அமெரிக்கா சுதந்திரம் அடைந்த பின்னரும் கூட அடிமை மக்களுக்கான சுதந்திரம் கேள்விக்குறியாகவே இருந்தது. இந்த ஆப்பிரிக்கர்கள் ஆப்பிரிக்க

ஸ்ரீ சீராமலிங்க செளடேஸ்வரி சும்மன் கைத்தறி நெசவாளர் கூட்டுறவு உற்பத்தி மற்றும் விற்பனை சங்கம். CH-105

11/75A, சக்தி மெயின் ரோடு, சிறுமுகை, கோவை மாவட்டம் 641302. Ph: 04254252428

காட்டன், கோரா காட்டன், மென்பட்டு சேலை தயாரிப்பாளர்கள்,

எங்களது தயாரிப்புகள் அனைத்து லாம் வேர்ல்டு மற்றும் கோ.ஆப்.டெக்ஸ் விற்பனை நிலையங்களிலும் கிடைக்கும்



P.S.ரங்கராஜன் A.V.கார்த்திகேயன் J.மீனாட்சி
தலைவர் மேலாண்மை இயக்குநர் மேலாளர்



கருப்பின அதிபர் 8 ஆண்டுகள் வெள்ளை மாளிகையில் இருப்பதென்பது ஆச்சரியமான ஒன்றல்ல. அது அவர்களுக்கான உரிமை. அமெரிக்கர்கள் என்ற அங்கீகாரம் அவர்களுக்கும் சேர்ந்ததுதானே.



கண்டத்தின் மத்திய மற்றும் மேற்கு நாடுகளில் இருந்து, செல்வாக்கு படைத்த ஆப்பிரிக்க நாடுகளுக்கு அனுப்பப் பட்டார்கள். அங்கிருந்து ஐரோப்பிய வர்த்தக மையத்திற்கு அவர்கள் அனுப்பி வைக்கப்பட்டார்கள். பின்பு அங்கிருந்து அமெரிக்க நாடுகளுக்கு விடுதலை என்ற பேச்சிற்கே இடமற்ற அடிமைகளாக குடியமர்த்தப்பட்டார்கள். அவர்களால் தவறுகள் ஏதேனும் ஏற்பட்டால் அவர்களுக்கு அளிக்கப்பட்ட தண்டனைகள், செவ்விர்திய அடிமைகளுக்கு தரப்பட்ட தண்டனைகளை விட மிக அதிகமாக இருந்தது.

மார்ச் மாதம், 25ஆம் நாள், 1807ஆம் ஆண்டு ஆங்கிலேய ஆட்சியில் அடிமைகளின் வர்த்தகத்தை எதிர்த்து சட்டம் நிறைவேற்றப்பட்டது. தான் நிறைவேற்றியது மட்டுமல்லாமல் மற்ற ஆட்சிகளிலும் அடிமைகளின் வர்த்தகத்தை கைவிடச் சொல்லி கோரிக்கைகள் அனுப்பப்பட்டன. 1833 இல் அடிமை முறையை ஆங்கிலேயப் பேரரசின் கீழ் இயங்கிய நாடுகளில் ஒழிக்கப்பட்டது. மேலும் ஆப்பிரிக்காவில் இருந்து அடிமைகள் ஏற்றுமதி செய்வதை தடுக்கும் வகையில் ஒப்பந்தங்கள் உருவாக்கப்பட்டன.

அடிமை ஒழிப்பு அமெரிக்கா 16ஆம் நூற்றாண்டில் தொடங்கி, அமெரிக்கா சுதந்திரம் அடைந்த பின்பும் கூட கருப்பின மக்களை அடிமைகளாக வைத்திருந்தார்கள். அமெரிக்காவின் தெற்கு மாகாணங்களில் மூன்றில் ஒரு குடும்பத்தார் அடிமைகளை வைத்திருந்தார்கள். 19ஆம் நூற்றாண்டின் தொடக்க காலங்களில் அடிமைகளின் இறக்குமதி முற்றிலும் தடை செய்யப்பட்டது. இருப்பினும் உள்நாட்டிற்குள் அடிமைகளை வாங்கவும், விற்கவும் எந்த ஒரு தடையும் இல்லை. 1860இல், அன்றைய அதிபர் தேர்தலுக்கான வேட்பாளராக இருந்த ஆப்ரகாம் லிங்கன், தனது ஆட்சியின் கீழ் அரசாங்கம் அமையுமெனில் அடிமை முறை ஒழிக்கப்படும் என்ற அறிக்கையினை வெளியிட்டிருக்கிறார். அமெரிக்க நாட்டின் வடக்கு மாகாணங்கள் அடிமைகளின் ஒழிப்பிற்கு ஆதரவினைத் தந்தார்கள். இதற்கு பெரும் அதிருப்தி தெரிவித்து ஐக்கிய மாகாணங்களில் இருந்து வெளியேறியது தெற்கு கரோலினா மாகாணம். அம்மாகாணத்தைத் தொடர்ந்து மிசிசிப்பி, ஃப்ளோரிடா, அலபாமா, ஜார்ஜியா, லூசியானா, மற்றும் டெக்சாசும் வெளியேறியது. இதன் மத்தியில் லிங்கன் அதிபராக, இந்த ஏழு மாகாணங்களும் ஒன்றிணைந்து 1861 இல் அமெரிக்காவின் மீது தாக்குதல் நடத்தியது. தாக்குதல் தொடங்கிய சிறிது காலத்திலே, வில்லீனியா, அர்க்கன்சஸ், டென்னிசு, மற்றும் வடக்கு கரோலினாவும் ஐக்கிய மாகாணங்களில் இருந்து விலகி, பிரிந்து சென்ற மாகாணங்களுடன் ஒன்றிணைந்து போரில் இணைந்தது. நான்காண்டு நடந்த போரின் விளைவாக, ஃபோர்ட் திரையரங்கில் லிங்கன் சுட்டுக் கொல்லப்படுகிறார். அவரின் மரணத்தின் பின்னரே உள்நாட்டுப் போர் முடிவிற்கு வருகின்றது. 1865 இல் அமெரிக்க அரசியலமைப்பு சாசனத்தின் 13ஆவது சட்டம் திருத்தப்பட்டு அடிமை முறை ஒழிக்கப்படுகின்றது. படிப்பதற்கு புரிந்து கொள்வதற்கும் மிக எளிதாக இருக்கலாம். ஆனால் ஐந்தாறு ஆண்டுகள் அடிமைகளாக வாழ்ந்த மக்களின் வாழ்க்கை மாற்றி எழுதப்பட்டது இந்த நான்கு ஆண்டுகளில்தான். அதனை மாற்றி அமைத்தவர் லிங்கன். அதனால்தான் தலைமுறைகள் தாண்டியும்

லிங்கன் என்றும் அமெரிக்க வரலாற்றில் தலை சிறந்த நல்ல அதிபராக மக்களின் மனதில் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கின்றார், குறிப்பாக கருப்பின மக்களின் மனதில்.

இவர்களின் பெரும் பெரும் போராட்டத்திற்கு பின்புதான் இவர்களுக்கான அங்கீகாரங்கள் கிடைக்கப்பெற்றன. அமெரிக்க அரசியலமைப்பு சாசனத்தின் 13, 14, மற்றும் 15 ஆவது சட்டம், அடிமை ஒழிப்பு முறை, சமஉரிமை, மற்றும் ஒட்டுமொத்தமான கருப்பின மக்களுக்கு பெற்றுக் கொடுத்தது. இருப்பினும் சட்டங்கள் திருத்தப்பட்ட பின்னரும், தனக்கான ஜனநாயக கடமையான வாக்குரிமையைப் பெற இவர்கள் மீண்டும் ஓர் நூற்றாண்டு போராடினார்கள்.

கருப்பின அதிபர் 8 ஆண்டுகள் வெள்ளை மாளிகையில் இருப்பதென்பது ஆச்சரியமான ஒன்றல்ல. அது அவர்களுக்கான உரிமை. அமெரிக்கர்கள் என்ற அங்கீகாரம் அவர்களுக்கும் சேர்ந்ததுதானே.

இன்று 44 ஆவது அமெரிக்க அதிபராக 2007 இல் நியமிக்கப்படுகின்றார் பராக் ஒபாமா. ஈரான், ஈராக் நாடுகளில் நிகழ்ந்த போர்ப் பதற்றத்தினை குறைத்து, அமைதிக்கான நோயல் பரிசினையும் வென்றார்.

இருந்தும் ஒரு கருப்பின மனிதன் கிராமி விருதுகள் அனைத்தையும் பெறத் தகுதியற்றவன் என்ற மனப்போக்கு இன்றும் இருக்கின்றதென அண்மையில் நடந்த கிராமி விருது வழங்கும் விழா மறுமுறையும் நிரூபித்திருக்கின்றது. பெயான்ஸ்சின் ஃபார்மேசன் ஒரே ஒரு விருதினை வாங்க, அடலின் 25 ஆல்பம் மொத்த விருதுகளையும் தட்டிச் சேன்றது. இதை நான் முற்றிலும் எதிர்பார்க்கவில்லை என

அடலே குறிப்பிட்டிருக்கின்றார். தொடர்ந்து கருப்பின மக்களின் மீதான புறக்கணிப்புகள் அதிகரித்துக் கொண்டே வருவதனால், நிறைய கருப்பினக் கலைஞர்கள் இது போன்ற விருது வழங்கும் விழாக்களை புறக்கணித்த வண்ணம் இருக்கின்றார்கள்.

கடந்த ஆண்டின் ஆஸ்கார் விழாவினை தொகுத்து வழங்கிய க்ரிஸ் ராக் என்னும் கருப்பினக் கலைஞர் ஆரம்பத்தில் ஆஸ்கார் விழாவினை புறக்கணிப்பதாக கூறியிருந்தார். இருப்பினும் அவர்தான் விழாவினை தொகுத்து வழங்க நேரிட்டது. விழாவினை இவ்வாறு முடித்து வைத்தார். அதிகரித்து வரும் கருப்பின மக்களின் விசாரணைகளும், கைதுகளும், அவர்களை குறிவைத்து நடத்தப்படும் தாக்குதல்களும் கண்டனத்திற்குரியதாக இருக்கின்றது. 2015இல் பால்ட்டிமோரில் காவல்துறையின் பாதுகாப்பில் இருந்த ஃபீர்டி கிஹே என்பவர் உயிரிழந்ததை அடுத்து ஆங்காங்கே பெரும் போராட்டங்களும், வன்முறைகளும் வெடித்தன.

இப்படியான சூழலில்தான் சைமன் பைல்ஸ் போன்ற வீராங்கனைகளும் ஒலிம்பிக்கில் 4 தங்கம் வென்று, அமெரிக்காவின் புதல்வியாக பாராட்டும் பெற்றார். நிறத்தால், மொழியால், வணங்கப்படும் தெய்வத்தின் பெயரால், பின்பற்றப்படும் கலாச்சாரங்கள், மற்றும் பண்பாடுகளால் நிகழும் தீண்டாமை என்றுமே கண்டனத்திற்குரியது. தீண்டாமையின் வலி எது என்பதை நமக்கு மீண்டும் மீண்டும் உணர்த்திய நிறம், வண்ணம் கருமைதான். கருப்பு என்பது சுதந்திரத்தின் நிறம்.

சிறுகதை

கனிவு..!

<https://t.me/SKLINKS>

—சாந்தா மணி, சேலம்.



கா
ய்
ச்ச
ச
ல்

நேற்றும், அதற்கு முந்தின நாளும் இருளாயிதான் முதலும் கடைசியுமான நோயாளி. அது வந்து போனதற்கப்புறம் சோதனையாக நோயாளிகளே வரல ராசியில்லாத பொம்பள. பக்கத்து பூந்தோட்டத்துலதான் அவளுடைய வீடு. ஆதரிக்கவோ, அணுசரிக்கவோ யாருமில்ல. கல்யாண் தியேட்டரில் கூட்டிப் பெருக்குகிற வேலை. ரெண்டு நாளாய் காய்ச்சல் என்று வந்து காட்டிக் கொண்டு போனார். செல்பேசியை எடுத்துப் பேச அடுத்த முனையில் "அலோ" என்றான் மருத்துவமனையில் வேலை செய்கிற வளர்மதி.

"அடுத்து நோயாளிகள் இருக்காங்களா...? "எட்டு டோக்கன் வரை குடுத்திருக்கேம்மா" என்றான்.

"இருளாயி வந்திருக்கா" என்றேன். "இல்லம்மா"

நல்லவேளை என்று நினைத்துக் கொண்டு, "இப்ப வந்திடறேன்..." என்றபடி போனை மூட, அம்மா ஆற்றிக் கொண்டு வந்த காப்பியை

அண்ணாக்க வாயில் ஊற்றிக் கொண்டு, வேகமாக வண்டியை இயக்கினேன்.

சந்து முனை திரும்பும்போது- கனத்த அழுக்குப் போர்வையில் இருளாயி பத்து தப்புகளுக்கு முன்னால் யாரோ ஒரு இளம் பெண்ணின் கைத்தாங்களில் அல்லாட, கூட வந்தவள், "இன்னா கொட்டாய்க்கா போற?"

ஏன் புரியலயா, அந்த அம்மா கிளினிக் இந்தப் பக்கம் இருக்கு..' வா என்றாள்.

பதிலுக்கு இருளாயி, "அட, அந்த அம்மாகிட்ட வேணாம்டி... ரெண்டு நாளா நடந்தும் நோவு நல்லான பாலே இல்ல..ராசியில்லாத பொம்பள...கண்பதி ஐயாகிட்ட போவோம்..."

கேட்டப்போ, முளதைத்தமாதிரி இருந்தது எனக்கு.

நெஞ்சில் சுறுக்கென்றது. அவள் என்னை ராசியில்லேன்னு அதிருப்தி அடைந்து வேறு மருத்துவரை அணுகுவதிலாவது நியாயமிருந்தது, மருத்துவம் வரை படித்த நான், அவளை ராசியில்லேன்னு அலுத்துக் கொண்டதில் என்ன அர்த்தமிருக்கிறது.....

— சுஜாதா விஜயகுமார், சென்னை-5

‘அம்மா வேலைய முடிச்சிட்டேன் என்று வந்து நின்றாள் அஞ்சலை. சொன்னதை காதில் வாங்காதபடி குழந்தையை மடியில் வைத்துக் கொண்டு அமர்ந்திருந்தாள் ராணி. 'ஏம்மா குழந்தை சோர்வா இருக்குது ஐயப்போ உடம்பெல்லாம் சுடுது. காய்ச்சலா இருக்கும் போல என்றாள் அஞ்சலை.

அதற்கு ராணி எங்கிட்ட வேற இருநூறு ரூபாதான் இருக்குது. அந்த மருத்துவரோ மருத்துவம் பார்க்க 700, 800 ரூபாய் தான் வாங்குவாரு என அங்கலாய்த்தாள். மகனும், மருமகனும் இப்போது பார்த்து விடுமுறைன்னதும், ஏதோ நண்பனோட வீடல விழா நடக்குதுன்னு போயிருக்காங்க என்றாள் ராணி. இருங்கம்மா, எங்க வீடு வரை போய்ட்டு வாரேன் என்றவள் பத்தே நிமிடத்தில் வந்து ஆயிரம் ரூபாய் நோட்டை ராணியிடம் கொடுத்தாள். மருத்துவமனைக்கு கூட்டி போங்கம்மா என்றாள் அஞ்சலை. உடனே, கர்வத்துடன் எப்படி, நீ எனக்கு ரூபாய்.? என்று ஆரம்பித்த ராணியிடம் ஆத்திரம், அவசரத்துக்கு உதவினா சேர்த்து வைத்த பணம்தான் இது. முதல்ல போய்ட்டு வாங்க என்றாள் அஞ்சலை. நான் மாமி வீடல பாத்திரம் தேய்க்கணும், இல்லைனா நானும் கூட வருவேன். சீக்கிரமா போய்ட்டு வாங்க என்றாள்.

மருத்துவரிடம் காட்டி குழந்தையுடன் வந்த ராணி வாசலில் அஞ்சலையைப் பார்த்ததும், கண்கலங்கி விட்டாள். 'செய்ற வேலையில் எத்தனை குற்றம், குறை கண்டுபிடிப்பேன் சிடு சிடுன்னு எப்பவுமே பேசுவேன். நீயோ, நான் எது சொன்னாலும், இந்த காதில் வாங்கி, அந்த காதில் விட்டுவிடுவாய். பையன் ரகு வந்ததும் பணத்தை தர்றேன். மீதி நானாறு ரூபாய் இருக்குது. இந்தா என்று கொடுத்தாள். அதுக்கென்னம்மா அவசரம். பிள்ளைக்கு என்ன சொன்னார்கள் என்று கேட்டாள் அஞ்சலை. ஊசி போட்டு மருந்து மாத்திரை கொடுத்தாங்க. இப்ப வர்ற காய்ச்சலை நினைச்ச பயமா இருக்குது. என்னவெல்லமோ சொல்றாங்க. அதான் பயந்து போயிட்டேன். நீ செஞ்ச உதவிய எப்பவும் மறக்க மாட்டேன். உன்னை எப்படி எல்லாம் பேசி இருப்பேன். மனகல வெச்சக்காம தக்க சமயத்திலே, உதவினியே, அதுவே பெரிசு

என்றாள். அதை ஏன் பெரிசா பேசறீங்கம்மா, வேலையில் கண்டிப்பும் இருக்கணும், கனிவும் இருக்கணும் என்று அடக்கத்துடன் சொன்ன அஞ்சலையை கனிவோடு பார்த்தாள் ராணி.



பெண்களின் மனம்
அபூர்வமான விளைச்சல்
நிலம். அதில் ஒருமுறை
ஆதரவு வேர் கொண்டால்,
அது ஒரு நொடியில்
வளர்ந்து அன்புக் கனி
கொடுக்கும்.
-காண்டிடகர்.



பெண்கள் விசித்திரமான
கண்ணாடிகள். ஆண்களின்
உருவத்தை அது
இயற்கையாக இருப்பதை
விட இரு மடங்கு பெரிதாக
காட்டும். அற்புதமான சக்தி
அந்த கண்ணாடிகளுக்கு
உள்ளது.
-வாஜினியா ஷல்ப்.

மகளிர்
தினம்:
மார்ச் 8

இவர்கள் பார்வையில் பெண்கள்

ஹாக்க் ரேவ்: பெண்ணின் உள்ளமாகிய
கடலில் இரக்கம், தியாகம், கற்பு, காதல்
ஆகிய நன்முத்துகளைக் காணலாம்.

கார்டன்: குழந்தை உள்ளம் கொண்டவள்
பெண். அவளை குழறும் கடலாக
மாற்றுபவன் ஆண்தான்.

பெட்ரண்டு ரஸ்ஸல்: பெண்களில்
பெரும்பாலோர் பணத்திற்காக தங்கள்
கணவர்களை நம்பியிருக்கிறார்கள். ஒரு
தொழிலாளி முதலாளியை நம்பி
வாழ்வதைக் காட்டிலும் இது
கொடுமையானது.

பேக்கன்: ஒரு பெண் அவளுடைய கண
வனுக்கு சின்னச்சிறு வயதில்
உரிமையாளர், அவனுடைய நடுத்தர
வயதில் கூட்டாளி, தள்ளாத வயதில்
அவனுடைய பாதுகாவலர்.

-முக்கிமலை நஞ்சன்



குழந்தைகளை நல்ல முறையில் பண்புடையவர்களாக வளர்ப்பது பெண்களின் பொறுப்பே. -காந்தியடிகள்.

பெண்களின் சரிப்பு எப்போதும் பூ உலகின் இனிமையான ஓசைகளுள் ஒன்று. -டி.குவினிசி.

கிரேக்க நாட்டுப் பெண்கள் தங்கள் திருமண நாளில் இருந்தே தங்கள் வயதைக் கணக்கிட்டனர். பிறந்த தேதியிலிருந்து அல்ல. -ஹோமர். -ராஜம், சேலம்.

ஒடிந்து விடாத நாணல்.

‘பெண்[பெண்ணின் பெருமையை கூறும் தலைவர்கள்]

பெண்களிடம் ஓர் அபூர்வ சக்தி இருக்கிறது. இந்த சக்தியை மதித்து நடப்பதில் ஓர் பெருமை இருக்கிறது. -தாசூர்.

பெண்களின் துணிவு பண்புடையதாக இருக்க வேண்டும். -மு.வ

நல்லவற்றை நாடும் துணிவும், கெட்டப்பற்றுக்கு அஞ்சும் பண்பும் உடையவள் பெண். -காந்தியடிகள்.

பெண் என்பவள் எந்த இளங்காற்றுக்கும் வளைந்து கொடுக்கும் நாணல். ஆனால், புயல் அடித்தாலும் ஒடிந்து விடாத நாணல். -வால்லி.

- வள்ளி மாரிமுத்து , சென்னை.

March

மார்ச் மாத முக்கிய நிகழ்வுகள்.

<p>3 பொம்மைகள் திருவிழா, கிரகாம்பெல் பிறந்த நாள்.</p>	<p>8 உலக மகளிர் தினம்.</p>
---	----------------------------

<p>12 தண்டி யாந்திரை (காந்தி)</p>	<p>14 உலக பைதினம், ஐன்ஸ்டீன் பிறந்தநாள் தினம்.</p>
-----------------------------------	--

<p>15 உலக ஊனமுற்றோர் தினம், நுகர்வோர் தினம்.</p>	<p>16 தேசிய தடுப்பூசி தினம்.</p>
--	----------------------------------

<p>20 சர்வதேச மகிழ்ச்சி தினம்.</p>	<p>21 உலக வனவளர்ச்சி தினம், உலக பொம்மலாட்ட தினம்.</p>
------------------------------------	---

<p>23 உலக குடிநீர் தினம்.</p>	<p>27 உலக வானிலை தினம்.</p>
-------------------------------	-----------------------------

<p>30 உலக நாடக தினம், உலக மருத்துவ தினம்</p>	<p>31 நிதியாண்டு நிறைவு நாள். - ராஜம், சேலம்</p>
--	--

» சிறுகதை

மார்கழி மாதம் விடியற்காலை நேரம். பனியை பொருட்படுத்தாமல் கோயிலில் பக்தர்கள் கூட்டம். வெண்பொங்கலை விநியோகம் செய்து கொண்டிருந்த சீனிவாச குருக்களுக்கு அந்த செய்தியை கேள்விப்பட்டவுடன் கோயிலில் இருக்க இருப்புக் கொள்ளாமல் அங்கிருந்த அம்பியிடம் கோயிலை சற்று நேரம் பார்த்துக் கொள்ள சொல்லிட்டு ஓட்டமும் நடையுமாக வந்து.

தனது செருப்பை அங்கொன்றும் இங்கொன்றுமாக போட்டு விட்டு விட்டுக் குள் சென்றவர் மனைவி கமலாவை அழைத்து, நம்ம பையன் கோபாலன் எங்கே? என்றார்.

என்னங்க கோயிலிருந்து பதற்றத்துடன் வந்தீங்க, வந்தவுடன் பையனை ஏன் தேடுறீங்க, என்னாச்சு உங்களுக்கு? என்றார் கமலா.

எனக்கு ஒன்றும் ஆகவில்லை பையனை கூப்பிட்டு முதலில் என்றார். கொல்லைப்புறத்தில் இருந்த கோபாலன் எதுவும் தெரியாமல் விட்டிற்குள் நுழைந்தவன் தன் அப்பா தன்னை தேடுவதை அறியாமல்.

அப்பா என்ன ஆச்சு, எதற்கு அம்மாவிடம் சத்தம் போட்டுக்கொண்டிருக்கிறீங்க? என்றான்.

“கோபாலா நீ நேரா கிணற்றுக்குச் சென்று கிணற்றிலிருந்து ஐலத்தை எடுத்து நன்கு தலை முழுகிட்டு வா”

அப்பாவிற்கு என்ன ஆச்சு ஏன் இப்படி பேசுகிறார் என்று புரியாத கோபாலன், அப்பா இப்பதான் குளித்துவிட்டு வந்தேன். திரும்பவும் என்னை ஏன் தலைமுழுகச் சொல்கிறீர்கள் என்றான்.

“கேள்வி எல்லாம் கேட்காதே, நான் சொன்னதை செய்” என்றார் கோபத்துடன், “என்னங்க... இப்ப குளிச்சிட்டு வந்தவனை ஏன் மறுபடியும் குளிக்கச் சொல்றீங்க, எனக்கும் ஒன்றும் புரியவில்லையே” என்றார் கமலா. கமலா, நான் சொல்றத கொஞ்சம் பொறுமையா கேளு நம்ம கோபாலனை பெற்றவள் இன்று காலை இறந்துவிட்டாள், என்றார் கண்ணீருடன்.

கணவனின் வார்த்தைகளில் தாக்குண்ட கமலா, என்ன, சொல்றீங்க அப்படின்னா கோபாலனை பெற்றவள் நான் இல்லையா? என்ற கமலா திகைப்பும் கலக்கமும், ஒருசேர கணவனைப் பார்த்தாள்.



கோபாலனின் அம்மா...

ஆம் என்பதைப் போல் தன் மனைவியின் முகத்தையே ஒருநிமிடம் உற்றுப்பார்த்த சீனிவாசன்.

“ஆம் கமலா, நான் சொல்லப்போவது உனக்கு வருத்தத்தை தரக்கூடிய செய்திதான். நீயும் கோபாலனும் தெரிந்து கொள்ள வேண்டிய நேரம் வந்துவிட்டது. அதனால் தான் சொல்கிறேன். நான் சொல்லப்போவதை இருவரும் கவனமாகக் கேளுங்கள்” என்றார். தன் கணவன் என்ன சொல்லப்போகிறாரோ என்று கமலாவும், தன் தந்தை என்ன சொல்லப்போகிறாரோ என்று கோபாலனும் ஒருவர் முகத்தை ஒருவர் பார்த்துக்கொண்டனர், அவர்களின் முகத்தில் எழும் கேள்விக்கு விடை சொல்லும் விதமாக கமலாவின் பக்கம் திரும்பி,

இருபது ஆண்டுகளுக்கு முன்பு உனக்கு பிரசவ வலி வந்து அரசு மருத்துவமனையில் சேர்த்தேன் உனக்கு ஞாபகமிருக்கா?

உன்னை மருத்துவமனையில் சேர்த்த போது பக்கத்து

எந்த மீன்!

மீன்களிடம் இல்லை...
அடிமைத்தனம்!
போட்டி போராமை....
மதவெறி... இனவெறி!
கடல் மீனுக்கு...
கடலை சொந்தம்!

தொட்டி மீனுக்கு....
தொட்டியே உலகம்!
செத்த மீன்.....
ஆற்றோடு போகும்!
உயிர் மீனே.....
பெருவெள்ளத்திலும்.....

எதிர் நீச்சல் போடும்!
தமிழா! நீ.....
செத்த மீனா?...
தொட்டி மீனா?....
கடல் மீனா?....
எந்த மீன்?....



- தி.மணியம்மை, கொரநாட்டுக்கருப்புர்

கட்டிலில் யார் இருந்தா?

நம்ம ஊர் கந்தசாமி ஆசாரியின் சம்சாரம் லட்சுமி அவளுக்கும் பிரசவ வலி வந்து சேர்த்திருந்தார்கள். உனக்கு குழந்தை பிறந்த சிறிது நேரத்தில் அவளுக்கும் குழந்தை பிறந்தது தெரியுமா? நல்லாத் தெரியும். எனக்கு நம்ம பையனும் அவளுக்கு பெண் குழந்தையும் பிறந்தது. சரி அதெல்லாம் இப்ப எதற்கு?

நீ சொல்றது தப்பு. உனக்கு மூன்றாவதாகவும் பெண் குழந்தை, இருவருக்கும் குழந்தை பிறந்த போது நானும் நர்சும் மட்டும்தான் அங்கிருந்தோம். அவள் வீட்டுக்காரர்கள் யாருமில்லை, நமக்கு மூன்றாவதாகவும் பெண் குழந்தை என்றவுடன் எனக்கு வருத்தம். பிள்ளை பெற்ற இருவரும் மயக்க நிலையில் இருந்தீர்கள். அங்கு வேறு யாரும் இல்லை. அவளுக்குப் பிறந்த பையன் வேறு சிகப்பாக இருந்தான், குழந்தையை மாற்றினால் யாருக்கும் வருத்தம் வராது என்று எண்ணி அம்பாளை நினைத்துக்கொண்டு உனக்கு பிறந்த பெண் குழந்தையை லட்சுமியிடம், லட்சுமிக்கு பிறந்த ஆண் குழந்தையை உன்னிடமும் மாற்றிவிட்டேன். பெண் குழந்தை கருப்பாக இருந்ததால் யாருக்கும் சந்தேகம் வரவில்லை, அங்கிருந்த ஆயாவை பயமுறுத்தி வைத்தேன். இது இதுவரைக்கும் யாருக்கும் தெரியாது என்றுதான் நினைத்திருந்தேன், என்று சற்றே இடைவெளி விட்டு பேச்சை நிறுத்தினார்.

நீங்க என்ன சொன்னாலும் தப்பு தப்புதான். சுற்றி வளைத்து நீங்க செய்த காரியத்தை நியாயப்படுத்துறீங்க இது சரியில்லைதான்

ஏங்க நீங்க செய்த காரியம் சரியா? குழந்தைகளை மாற்றியிருக்கீங்க, அத்துடன் ஆசாரிக்கு பிறந்த பையனை சாமிகாரியம் செய்யவும் பழக்கி இருக்கிறீங்க. இது சாமி குத்தமில்லையா? என்று கோபத்தில் பொரிந்து தள்ளினாள் கமலா.

நான் செய்தது தப்புதான். ஆனாலும் நாம நல்லாத்தான் வாழ்ந்து கொண்டு இருக்கிறோம். அத்துடன் கோபாலன் கோயில் காரியம் செய்வதையும் அம்பாள் பார்த்துக் கொண்டதான் இருக்கிறாள். பிறக்கும் குழந்தைகளுக்கு எல்லாம் சாதி, மதம், பேதமில்லை. எல்லாம் பிறந்த குழந்தைகள் வளரும் இடத்தைப் பொருத்துதான், சாதி, மதம், இனம் என மாறுபடுகின்றனர். பூணூல் போட்ட பிறகு தான் பிராமணன், பூநூன்மை எடுத்த பிறகுதான் கிறித்துவன், கன்னத் செய்த பிறகு தான் முகமதியன் ஆகிறார்கள்.

“நீங்க என்ன சொன்னாலும் தப்பு தப்புதான். சுற்றி வளைத்து நீங்க செய்த காரியத்தை நியாயப்படுத்துறீங்க இது சரியில்லைதான்”

“இதோ பார் கமலா, எது நடக்குமோ அது நல்லதாகவே நடக்கும். ஆசாரி வீட்டில் வளர்ந்த நம்ம பெண்ணின் திருமணத்திற்கு நான் எதுவும் வாங்காமல் நடத்திக்கொடுத்தேன். நீயும் என்னுடன் வந்து அவளை ஆசிர்வாதம் செய்தாம்.”

ஆமாம் என்று தலையசைத்த கமலாவின் மனக்கண்ணில் தன்மகள் திருமணத்திற்கு யாரோ ஒரு விருந்தாளி போல சென்று வந்தது நினைவுக்கு வந்தது. தொடர்ந்து குருக்கள், போன மாதம் கோயிலுக்கு வந்த லட்சுமி என்னைப் பார்த்து உங்களிடம் கொஞ்சம் தனியாக பேசனும், என்றாள் சரி வா என்று கோயிலின் பின் பக்கத்திற்கு அவளை அழைத்துப் போனேன்.

இருபது ஆண்டுக்கு முன் நடந்த கதை உங்களுக்கு மட்டும் தெரியும் என்று நீங்கள் நினைத்து கொண்டிருப்பது எனக்குத்தெரியும், என்றாள் நிதானமாக,

பதறிப்போன நான், நீ என்ன சொல்கிறாய், எனக்கு ஒன்றும் புரியவில்லை என்றேன். உங்க சம்சாரத்திற்கு பிறந்த பெண் குழந்தையை என்னிடமும், நான் பெற்ற ஆண் குழந்தையை உங்கள் சம்சாரத்திடமும் நீங்கள் மாற்றிவைத்தபோது நான் சுய நினைவோடுதான் முழித்துக் கொண்டு இருந்தேன். எனக்கோ பெண் குழந்தை இல்லை. பெண் குழந்தை பிறக்கும் என்ற நம்பிக்கையோடு இருந்தேன்.

மூன்றாவதும் ஆண் குழந்தை, குழந்தையை என்னிடம் மாற்றி வைத்த போது சத்தம் போடாமல் மயக்கத்தில் இருப்பது போல் கண்ணை மூடிக்கொண்டேன். இதை இதுவரை யாரிடமும் ஏன் என் கணவரிடம் கூட சொல்லவில்லை. எனக்கு மட்டும் தெரிந்த ரகசியமாக இதை இத்தனை நாளாக மூடி மறைத்து வந்தேன். இந்த உண்மை தெரிந்ததால்தான் நான் கோயிலுக்கும், உங்கள் வீட்டிற்கும் அடிக்கடி வருவது போல் வந்து பையனை பார்த்துச்செல்வேன்.

பெற்ற மனசு அல்லவா? இனிமேலும் இதைப்பற்றி யாரிடமும் சொல்ல மாட்டேன். இது சத்தியம், ஆனா நீங்க அவசியம் எனக்கு ஒரு காரியம் செய்யனும், என்று சற்றே நிறுத்தி மூச்சு வாங்கினாள் லட்சுமி.

நான் செய்தது தப்புதான், ஆனால் ஆண் குழந்தை ஏக்கம் என்னை தப்பு செய்யத் தூண்டிவிட்டது, என்று தலைகவிழ்ந்த குருக்களிடம்.

“இல்ல உங்க தப்புக்கு நானும் உடந்தைதானே, உங்க ஏக்கம் எனக்கும் இருந்ததாலேதானே நான் மெளனமாக இருந்தேன்”

“சரி இப்ப நான் என்ன செய்யனும் சொல்லு”

நான் ரொம்ப நான் உயிருடன் இருக்க மாட்டேன் நான் இறந்துவிட்டால் என் மகனை அதாவது உங்கள் பிள்ளையாக உங்கள் வீட்டில் வளரும் கோபாலனை எனக்காக ஒரு முழுக்கு போட சொல்லுங்கள். எனக்கு அந்த சொந்தம் மட்டும் போதும், ஏன் என்று கேட்கும் பொழுது கோபாலனிடம் முடிந்தால் உன்னைப் பெற்றவன் லட்சுமிதான் என்பதையும் சொல்லுங்கள் செய்வீர்களா? என்றாள் லட்சுமி கண்ணீர் மல்க.



“ஏன் அந்த நகைச்சுவை எழுத்தாளர் சத்தம் போட்டு சிரிச்சுக்கிட்டிருக்கார்?”
“அவரோட நகைச்சுவை படிக்கிறவங்க யாருமே சிரிக்க மாட்டேங்கறாங்களாம்.”

- ராஜம், சேலம்



காய் அறிந்து உண்!

நாம் சாப்பிடும் உணவில் என்னென்ன இருக்கிறது என்பதை அறிந்து சாப்பிட வேண்டும். எந்தெந்த பருவநிலைக்கு எந்தெந்த காய்கள் உகந்தவை என்பதை அறிந்து சாப்பிட வேண்டும். எதையும் அறிந்து அனுபவிக்கிற பொழுது கிடைக்கின்ற சுகம் அலாதியானதுதான். காய்களின் அருமையை அறிவோம்.



கத்தரிக்காய்:- இதில் வைட்டமின் சி மற்றும் இரும்புச்சத்து உள்ளது. மூச்சிறைப்பு நோயாளிகள் கத்தரிக்காயை சமைத்து சாப்பிட உடல் சூட்டை தக்க வைக்கும். சரும புண், உடலில் அரிப்பு உள்ளவர்கள் கத்தரிக்காயை தவிர்க்க வேண்டும்.

முருங்கைக்காய்:- இதில் கொழுப்பு மற்றும் இரும்புச்சத்து, வைட்டமின் ஏ, சி உள்ளது. குழந்தைகள் முருங்கைக்காயின் விதைகளை சாப்பிட்டால் மலக்குடலில் சேரும் கிருமிகள், பூச்சிகள் வெளியேறும். முதியவர்கள், இதய நோயாளிகள், மூட்டு நோய் உள்ளவர்கள் சாப்பிட வாயு பிடிப்பு அதிகமாகும்.



மாங்காய்:- இதில் நார்ச்சத்து, வைட்டமின் ஏ உள்ளது. மாங்காயை சருமநோய் வயிற்றுவலி உள்ளவர்கள்



சாப்பிடக்கூடாது. உடல் சூட்டை உண்டாக்கும். மாங்காயை சாப்பிட்டால் மலக்குடல் புற்றுநோய் வராமல் தடுக்கும். தாது விருத்தி உண்டாகும். பசியைத் தூண்டும். உணவை எளிதில் செரிக்கச் செய்யும்.

வெண்டைக்காய்:- இதில் பாஸ்பரஸ் வைட்டமின் ஏ, பி, சி சத்துகள், இரும்புச்சத்து உள்ளன. எலும்புகளுக்கு வலிமையைத் தரும் இளமையை நீடிக்கச் செய்யும். மூளை வளர்ச்சியைத் தூண்டும். பனிக்காலத்தில் இதனை மூச்சிறைப்பு நோயாளிகள் சாப்பிடக்கூடாது.



அவரைக்காய்:- அவரைக்காயில் அதிக அளவு புரதம் உள்ளது. இதில் இரும்புச்சத்து கண்ணாம்புச் சத்து உள்ளது. நீரிழிவு, செரிமானத்

தொல்லை, மலச்சிக்கல் உள்ளவர்கள் அவரைக்காயை சாப்பிடலாம். இதனை இரவில் சாப்பிடக்கூடாது. வாயு அதிகமாகும்.



அத்திக்காய்:- அத்திக்காயில் வைட்டமின் சி, சுண்ணாம்புச்சத்து, இரும்புச்சத்து உள்ளன. மாதம் ஒரு நாளாவது அத்திக்காய் சாப்பிட்டால் மலக்குடல் சுத்தமாகும். மூலநோய் வராமல் தடுக்கும். இதன் துவர்ப்பு தன்மை மூலத்தில் வெளியாகும் இரத்தக்கசிவை நீக்கும்.

பாகற்காய்:- பாகற்காயில் இன்கலின் சுரப்பைத் தூண்டும் பாலிபெப்டைட் வேதிப்பொருள் அதிகமாக உள்ளது. இது சர்க்கரை நோயாளிகளுக்கு மிகவும் நல்லது. மருந்துகளின் நச்சுத்தன்மையை நீக்கும். கிருமிகளை அழிக்கும் தன்மை பாகற்காய்க்கு உண்டு.



பீர்க்கங்காய்:- பீர்க்கங்காயில் நீர்ச்சத்தும், தாது உப்புக்களும் உள்ளன. இதனை இரவில் சாப்பிடக்கூடாது சளி, இருமல், தலைவலி உள்ளவர்கள் இதனை சாப்பிட்டால் தலையில் நீர் கோர்த்துக் கொள்ளும். உடலுக்கு

குளிர்ச்சியைத் தரும்.

சுரைக்காய்:- சுரைக்காயில் நீர்ச்சத்து அதிகம் உள்ளது. இது எளிதில் செரிக்காது. இதில் சுண்ணாம்புச் சத்து உள்ளது. இதனை பகலில் மட்டும் சாப்பிடலாம். இதயத்திற்கு வலிமை தரும்.சளி உள்ளபோது சுரைக்காயை சாப்பிடக்கூடாது.



கோவக்காய்:- கோவக்காயில் வைட்டமின் 'ஏ' சத்து உள்ளது. இது நீரிழிவு நோயாளிகளுக்கு நல்லது. வாய்ப்புண், நாக்குப்புண்களை

குணமாக்கும்.

புடலங்காய்:- புடலங்காயில் வைட்டமின் ஏ, கால்சியம், கந்தகம் ஆகிய சத்துகள் உள்ளன. மூலநோய் உள்ளவர்களுக்கு நல்லது. மூச்சிரைப்பு, மூட்டு வலி, சளித்தொந்தரவு உள்ளவர்கள் இதனை தவிர்க்கவேண்டும். புடலங்காயை அடிக்கடி சாப்பிட்டால் உடல் எடை குறையும்.



பூசணிக்காய்:- பூசணிக்காயில் புரதம், கொழுப்புச்சத்து அதிகம் உள்ளன. இதை தலைவலி, சைனஸ், உடல் பருத்தவர்கள் தவிர்க்க வேண்டும்.

குழந்தைகள், மூலச்சூடு உள்ளவர்கள் இதனை சாப்பிடலாம். நரம்புகளுக்கு வலிமை தரும் வயிற்றுப்புண்ணை ஆற்றும்.



வெள்ளிக்காய்:- வெள்ளிக்காயில்



பொட்டாசியம் சத்து அதிகம் உள்ளது, வைட்டமின் ஏ உள்ளது. சிறுநீர் எரிச்சல், அடைப்பு நீங்கும். மூச்சிரைப்பு நோயாளிகள் இதனை தவிர்க்க வேண்டும்.

சுண்டைக்காய்:- சுண்டைக்காயில் வைட்டமின் 'சி' உள்ளது. குழந்தைகளுக்கு வயிற்றில் பூச்சி சேராது. மூச்சிரைப்பு நோயாளிகள் தினமும் சாப்பிட மூச்சிரைப்பு நீங்கும். நுரையீரல் செயல்திறனைக் கூட்டும். சளியைக் கரைக்கும்.

நூல்கோல்:- கால்சியம் சத்து இதில் அதிகம் உள்ளது. இரத்தத்தில் கீமோகுளோபின் குறைவாக உள்ளவர்கள், நீரிழிவு நோயாளிகள் இதனை உண்ணலாம். இயற்கை கொடுத்த கொடை காய்கறிகள். இவற்றில் என்னென்ன சத்துகள் உள்ளன? எது யாருக்கு ஏற்றது? யார் எதை விலக்க வேண்டும் என்பதை அறிந்து உண்ணுதல் அவசியம்.



நாம் 22,23 நாற்றாண்டை
நோக்கி சென்று
கொண்டிருக்கிறோம். ஆனால் இன்றும்
நம் நாட்டில் பெண்களின் நிலை
கற்காலத்திலேயே இருக்கிறது
என்பதை எடுத்துக்காட்டுகிறது கேரள
மாநிலத்தில் நடிகை பாவனாவிற்கு
நடந்த கொடுமை.

ஆண்பிள்ளை என்றால் ஆதிக்கத்
திற்குரியவன், பெண்பிள்ளை என்றால்
பேதமைக்குரியவன் என்பதை மனதின்
ஆழத்தில் பதியவைத்துக் கொண்டதன்
விளைவுதான் இந்த சம்பவம் என்று
தோன்றுகிறது. முழுக்க முழுக்க ஒரு
பெண்ணை பழி வாங்கும் செயல். அதற்கு
அவளுடைய மானத்தோடு விளையாடுவது
தான் தண்டனை என்று அவர்களே
தீர்மானித்துக் கொள்வது எதன் அடிப்படை
யில் தெரியுமா? நம் சமூக அமைப்பின்
அடிப்படை கோளாறுகளில்தான்.

இதே நிலை ஒரு ஆணுக்கு ஏற்பட
டிருந்தால் அவன் பெருமையாக பலரோடு
தொடர்பில் இருந்தேன் என மார்தட்டிக்
கொள்வதற்கு இடம் கொடுத்தது நம்
சமூகம். குறிப்பாக... பெண்கள்தான்.

ஒரு ஆண் பெண்ணை காதலித்து
எமாற்றி விட்டால், "இவ ஏன் அவனை
காதலிக்கிறா, வீடில் பார்த்து கல்யாணம்
பண்ணிவிட்டா இப்படி ஆகுமா?
என்கிறார்கள். இப்படி பேசுவதும்
பெண்கள்தான். ஒரு பெண்ணும், ஆணும்
காதலித்து பெண் வேறு ஒருவரை
திருமணம் செய்து கொண்டால், பெண்ணா



அவள், தரம் கெட்டவள், இவளுக்கு கல்யாணம் ஒரு கேடு, என்று
பேசுவதும் பெண்கள்தான்.

காதலித்தவனை கைப்பிடித்து பெற்றோரை எதிர்த்து நிற்கும்
பெண்ணை தரம் தாழ்ந்த வார்த்தைகளால் விமர்சிப்பதும் இந்த
சமூகம்தான். எல்லா திசைகளிலும் தவறு செய்யும் ஆண்களை நாமே
மேன்மைப்படுத்தி, ஒன்றும் அறியா பெண்களை தாழ்த்தி
பேசுவதுதான் இன்று நம்மில் ஒரு சகோதரிக்கு நடந்த இந்த கொடு
சம்பவத்திற்கு மூலக் காரணம்.

"ஆண்கள் கெட்டா சம்பவம், பெண் கெட்டா சரித்திரம் என்று நாம்

பெண்ணே... மடமை சொல்...

சிறுகதை

உறவின் அருமை

- தி.வள்ளி, திருநெல்வேலி.

சொல்லும் வார்த்தைகள்தான் இந்த துயரச் சம்பவத்தை அரங்கேற்றியவர்களின் மூலதனம். யார் நிர்ணயித்த வார்த்தைகள் இவை. எதன் அடிப்படையில் நிர்ணயிக்கப்பட்டவை. நடிகர் விஷால் இந்த சம்பவம் பற்றி பேசுகையில், இன்னொரு பெண் என்றால் இதை வெளியே சொல்லமாட்டார். நடிகை பாவனாவின் தைரியத்தை பாராட்டுகிறேன் என்றார். பெண்களின் நிலைமை எவ்வளவு கொடுமையானது என்பதை ஒரு ஆண்மகன் விவரிப்பதை பார்த்தீர்களா?

பெண்களில் எத்தனையோ பேர் தனக்கு நடக்கும் கொடுமைகளை வெளியில் சொல்வதற்கு கூட நம் சமூகம் இடம் தருவதில்லை. சொன்னால் எங்கே நம்மை சமூகம் ஒதுக்கி விடுமோ என அச்சம், இதற்கு காரணம். சமூக அமைப்பு மட்டுமல்லாது சமூகத்தின் சீர்கேட்டை பாராட்டி, சீராட்டும் நம் பெண்கள்தான். ஒரு பெண்ணுக்கு நேர்ந்த கொடுமைக்காக குரல் கொடுக்கத் தயங்குவது ஏன்? மனித உயிர்களுக்கும், உள்ளத்தின் உணர்வுகளுக்கும் மதிப்பு கொடுங்கள். உடல் உறுப்புகளுக்கு உயர்வு கொடுக்காதீர்கள். எல்லா உயிர்களுக்கும் எல்லாமும் சமம் என்ற நிலை ஏற்பட வேண்டும். நடைமுறைப்படுத்தப்பட வேண்டும். அன்றுதான், பெண் கடத்தல், கற்பழிப்பு, சீண்டல்கள் ஒழியும். முன்னே ஏறுபவனின் காலை பின்னே செல்பவன் பிடித்திழுப்பதை போல, பெண்களை பெண்ணை தரம் தாழ்த்தும் சமூகமுறை மாற்றம் பெற பாடுபடுவோம். நம்மோடு முடிந்து போகட்டும். நம் பிள்ளைகளின் மனதிலாவது இந்த உடலுறுப்புகளுக்கு மரியாதையை சொல்லிக் கொடுக்காமல் உயர்ந்த எண்ணங்களையும், நல்லவைகளையும் மட்டுமே விதைத்தீடுங்கள். இதைச் செய்ய பெண்களால்தான் முடியும். நம் பின்னே வரும் தலைமுறையினரின் மனதிலாவது நச்சு விதைகள் ஊன்றிவிடாமல் பார்த்துக் கொள்வோம். சகோதரி பாவனாவின் திருமண நிச்சயதார்த்தம் நடந்து முடிந்திருக்கும் இந்த வேளையில் இந்த துயர சம்பவம் நடந்தேறி இருப்பது வருத்தத்திற்குரியது. இந்தியாவின் எந்த மூலையிலும் பெண்களை இழிவுபடுத்தும் சம்பவம் நடந்தேறினாலும் அதற்காக கண்டனம் தெரிவிப்போம். இந்த துயர சம்பவத்தை அரங்கேற்றியது யார்? அதற்கு மூலகாரணமாக இருந்தவர்களையும் கண்டுபிடித்து கடுமையாக தண்டிக்க கேரள அரசு ஆவணம் செய்யவேண்டும்.

பெண்ணை பார்த்துவிட்டு, சந்தானம் மகிழ்ச்சியாக, வீடு திரும்பிக் கொண்டிருந்தார் மனைவியுடன் அனேகமாக முரளிக்கு இந்த இடத்தை முடிச்சிட வேண்டியதுதான். பெண்ணும், அழகாக, உயரமாகத்தான் இருக்கா. யோசனையோடு வீடு வந்த சந்தானத்தை அதிர்ச்சிக்குள்ளாகினாள் பர்வதம்.

“ஏங்க இந்த பெண் வேணாங்க”! வேற இடம் பார்ப்போம். “ஏண்டி? பெண் பார்க்க லட்சணமா, படிச்சவளா நல்லாதானேடி இருக்கா? என்ன குறைகண்ட அவகிட்ட என்றார்.” சந்தானம் அதிர்ச்சி மாறாமல் நின்றார்.

“அழகில, படிப்பில குறையொன்றும் இல்லைங்க, ஆனா! கிளம்பும்போது அந்த பெண்ணோட அம்மா சொன்னதை கேட்டீங்களா”? அந்த பெண்ணோட அம்மா, “நாலஞ்சு பையனுக விவரம் எங்க பொண்ணுக்கு வந்தது. அதுல உங்க வீடுதான் எங்க பொண்ணுக்கு பிடிச்சிருக்கு!”

ஏன்னா, உங்க வீட்டுல பெண்பிள்ளை இல்லை. இரண்டும் பையன்தான். என் பொண்ணும், போற இடத்துல நாத்தனார் கூட மல்லுகட்ட வேணாம் பாருங்க! என்றார்.

“இவங்களுக்கு உறவுகளோட அருமை தெரியலைங்க? அண்ணன் - தங்கை பாசம். பொறந்த பொண்ணுக்குச் செய்யிறச் சீரு எல்லாத்துலையும், ஒரு நிறைவு இருக்குங்க. எல்லாத்துக்கும் மேலே, நாளைக்கு அவங்களுக்கு ஒரு குழந்தை பிறக்கிறப்போ, அதைங்கிற உறவு எவ்வளவு அருமையானது. உறவுகளோட அருமை தெரியாத பொண்ணு கண்டிப்பா நமக்கு வேண்டாங்க” என்றாள் பர்வதம்



சுயதொழில்



இன்று தமிழ்நாட்டில் கல்வி கற்கும் பெண்களின் எண்ணிக்கையும், தரமும் அதற்கேற்றார்போல் "வேலையில்லாத பெண்களின்" எண்ணிக்கையும் அதிகரித்து விட்டது. ஏறக்குறைய 80 லட்சம் பேர் 10 ஆம் வகுப்பு முதல் அனைத்து முதுகலை பட்டங்கள் வரை பெற்றவர்கள் வேலை வாய்ப்பு அலுவலகங்களில் பதிவு செய்து காத்திருக்கின்றனர். 40 லட்ச பேர் பெண்கள். இவர்கள் முன்னேற, அனைவருக்கும் வாழ்வாதாரம் கிடைக்க, நிரந்தர வருமானம் பெற ஒன்று, வேலையில் சேர வேண்டும், அல்லது ஒரு தொழிலை அல்லது வியாபாரத்தைத் தொடங்கி நடத்த வேண்டும்.

இன்று மத்திய, மாநில அரசுகள் கொடுக்கும் பயிற்சிகள், கடன்கள், மானியங்களால் அதிகப் பெண்கள் தொழில் தொடங்க முன் வருகின்றனர். 82 லட்ச சுய உதவிக்குழுவினர் தொழில் தொடங்கி அதில் தயாரிப்புத் தொழில் தொடங்கியவர்கள் அதிக விழுக்காட்டினர் சந்தைப்படுத்த இயலாத காரணத்தால், பெரிய அளவில் கடன்பெற்றுத் தொழில் தொடங்கப் பல பெண்கள் யோசிக்கின்றனர். செல்பேசி பளுது பார்த்தல், அழகுக்கலை மையம், நவநாகரிக அங்காடி, கயிறு பொருட்கள் தயாரிப்பு, இப்படிப் பல தொழில் செய்யத் தொடங்கியவர்கள் லாபகரமாக உள்ளனர். இதை உணர்ந்த அரசுகள் சுய வேலை வாய்ப்புப் பயிற்சிகள், திறன் மேம்பாட்டுப் பயிற்சிகள், தொழில் முனைவோர் மேம்பாட்டுப் பயிற்சிகள் கொடுத்து ஊக்குவித்து வருகின்றனர்.

நூற்றுக்கு மேற்பட்ட கடனுதவித் திட்டங்களை அரசுகள் கொண்டு வந்தள்ளனர். பிரதமரின் சுயவேலை வாய்ப்பு உருவாக்கும்

திட்டம், வேலையில்லாத படித்த இளைஞர்களுக்கான, கடனுதவித் திட்டம், நீட்சி எனும் ரூ1கோடி வரை கடன் தரும் திட்டம், மகளிர் சுய உதவிக்குழுக்களுக்கான கடன்கள், கூட்டுப் பொறுப்புக் குழுக் கடன், ஆதிதிராவிடர்களுக்கு தாட்கோ மூலம் கடன், தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு கழகம் மூலம் கடனுதவி, பிற்பட்ட வகுப்பு மகளிருக்கு, தமிழ்நாடு பொருளாதார மேம்பாட்டு கழக கடன், சிறுபான்மையினருக்கு தமிழ்நாடு சிறுபான்மை மேம்பாட்டு கடன் என்று 100 பக்க அளவுக்கு பல கடனுதவித் திட்டங்கள், இலவச/ மானியத்திட்டங்கள் உள்ளன.

இவற்றைப் பற்றி உணர்ந்த, அறிந்த பெண்கள் (படித்தவர்கள் / படிக்காதவர்), 18 முதல் 60 வயது வரையுள்ள பெண்கள் தொழில் தொடங்க முன் வருகின்றனர்.

"புதிய யுக்தியுடன் சிறுதொழில் அல்லது வணிக நடவடிக்கை ஒன்றைத் தொடங்குபவர் "மகளிர் - தொழில் முனைவோர் எனப்படுவர்". இந்திய அரசு முழு முதலீட்டையும் செய்யும், மகளிர் அல்லது 51 விழுக்காடு பங்குகளை (முதலீடு) முதலீட்டையும் செய்பவர்கள் "மகளிர் தொழில் முனைவோர்" என்றழைக்கப்படுவார்கள். 51 விழுக்காடு பேரை மகளிர் தொழிலாளர்களாக வேலைக்கு எடுத்துக் கொண்டால் மட்டுமே அவரை மகளிர் தொழில் முனைவோர்("women Entrepreneur") என்று இந்திய அரசு கூறுகிறது.

தொழில் தொடங்க விரும்பும் ஒரு மகளிர் தொழில் முனைவோர் " இடர் ஏற்பவராக, புதுமை புகுந்த விரும்புவராக, உழைத்து முன்னேற விரும்புவராக" இருக்க வேண்டும். 'பிஏ டிரிக் ஹர்பிசன்' எனும் ஒரு கட்டுரையாளர் மகளிர் தொழில் முனைவோர் கீழ்க்கண்ட பணிகளைச் செய்ய வேண்டும் என்கிறார்.

1. புதிய நிறுவனம் அல்லது வணிகத்தை தொடங்குவதற்கான வாய்ப்புகளைத் தேடுதல்.
2. இடர்களை ஏற்றல் மற்றும் நிலையின்மைகளைக் கையாளுதல்.

மகளிர் தொழில் முனைவோர் ஒரு விரிவான ஆய்வு!

- சஞ்சனையைக்குத் தீர்வு



3. புதிய கண்டுபிடிப்புகள். யுக்திகள், தொழில், நுட்பங்களை அறிமுகப்படுத்துதல்.

4. ஏற்கனவே உள்ள வெற்றி வாய்ப்புள்ள கருத்துகளை ஏற்று பின்பற்றுதல்.

5. வணிக/தொழில் நடவடிக்கைகளை ஒருங்கிணைத்தல்.

6. தொழிலை வெற்றிகரமாக நிர்வகித்தல்.

7. அனைத்து துறைகளையும் கட்டுப்படுத்துதல்.

8. அனைத்து அம்சங்களையும் மேற்பார்வையிடுதல்.

9. தலைமை தாங்கி, பொறுப்பேற்று, வெற்றிகரமாக நடத்துதல்.

1 தொழில் முன் அனுபவம்: ஒரு பெண் ஒரு தொழில் சாலையில் உற்பத்திப் பிரிவினும், விற்பனைப் பிரிவினும் பணிபுரிந்து, நன்கு அனுபவம் பெற்றிருப்பார். இது நல்ல வாய்ப்பான தொழில் என அவருக்குப் புரிந்திருக்கும்.

2 கல்வித் தகுதி: ஒரு குடும்பத்தில் இத்தலைமுறையில் ஒரு பெண் நன்கு படித்து முன்னேறுகிறாள், தொழில் முனைவு பற்றி அறிகின்றாள். மனதில் தன்னம்பிக்கை வருகிறது. எனவே தொழில், வணிகம் அல்லது ஏதோ ஒரு முயற்சியை செய்து முன்னேறுகிறார், எனவே கல்வியும் ஒரு காரணமே.

3 சொந்தமாக தொழில் செய்து முன்னேற வேண்டும் என்ற ஆர்வம்: ஒரு சிலரது மனதில் ஏற்படும் சிந்தனை, மற்றவர்கள் போல் நாமும் ஏன் முன்னேறக் கூடாது என எண்ணும் தன்னம்பிக்கை தொழில் தொடங்கக் காரணமாகிறது.

4 குடும்பப் பின்னணி: பெற்றோர், சகோதரர்கள் சிறந்த தொழில் அதிபர்களாக, வெற்றிகரமான வணிகர்களாக இருந்தால், பெண்கள் அதைப் பாத்து தொழில் முனைவேறுகின்றனர்.

5 உற்பத்தியை பெருக்க/ கிளை தொடங்க, அதிகம் சம்பாதிக்க விருப்பம்: தன் குடும்பத்தினர் அல்லது கணவர் குடும்ப தொழிலை விரிவாக்க, பல கிளைகள் தொடங்கி, வேறு புதிய பொருட்களை தயாரிக்க விரும்பும் பெண். "தன் வருமானத்தை அதிகப்படுத்த" தொழில் முனைவோர் ஆகின்றார்.

6 மேலும் அரசு தரும் பயிற்சிகள்: கடனுதவிகள், மானியங்கள், தனது ஊரிலேயே தேவையான மூலப் பொருட்கள் அதிகம் கிடைத்தல், ஏற்றுமதி - இறக்குமதி வாய்ப்புகள், என பல காரணங்களால் மகளிர் தொழில் முனைவோர் ஆகின்றனர்.

பல மகளிர் தொழில் முனைவோரிடம் கேட்ட போது, தொழில் ஏன் தொடங்கினீர்கள், உங்கள் குறிக்கோள் என்ன? எனக் கேட்டபோது கீழ்கண்டவாறு பலர் பதில் கூறினர்.

(1) பல வகை உதவிகள் மகளிருக்கு தொழில் தொடங்குவதற்கு கிடைக்கிறது. அதைக் கொண்டு பெரிய அளவில் சம்பாதிக்க.

(2) சுதந்திரமாக சம்பாதித்து முன்னேற.

(3) குடும்ப தொழிலை மேலும் தொடர்ந்து லாபகரமாக நடத்தி.

(4) சமுதாயத்தில் பெரிய அங்கீகாரம், மதிப்பு பெற.

(5) குடும்பத்தினரின் விருப்பப்படி உழைத்து முன்மாதிரியாக வாழ்ந்திட. தமிழ்நாட்டைப் பொறுத்து (1) வேலை இன்மை (2) குடும்பத்தில் குழந்தைகளை வளர்க்க மேலும் பணம் தேவை (3) கணவன் நன்கு சம்பாதித்து கொடுக்காதது (4) வீட்டில் பயனற்று இருக்கும் பணத்தை முதலீடு செய்ய விருப்பம் (5) ஏற்கனவே இருக்கும் வேலையில் திருப்தி இன்மை மற்றும் வருமானம் போதாமை (6) படித்த படிப்பைப் பயிற்சியை ஏன் வீணாக்க வேண்டும் என்ற ஆர்வம் (7) இறந்த அல்லது கணவரது நலிவுற்ற தொழிலை சிறப்பாக்க, என பல காரணங்களால் தொழில் தொடங்க வருகின்றன.

ஆனால் தொழில் தொடங்கிய பலரால் முன்னேற முடியவில்லையே! பல இடப்பாடுகள் வருகின்றனவே! அவை என்ன?:-

(1) எதையும் தாங்கும், லாப நடத்தை ஒன்றாய் நினைக்கும் தன்மை இல்லாதது.

(2) சாதனை படைக்க வேண்டும் என்ற லட்சியம் இல்லாதது.

(3) நிதிப் பற்றாக்குறை, மூலப்பொருட்கள் தொடர்ந்து கிடைக்காதது.

(4) நல்ல பணியாளர்கள் கிடைக்காதது.

(5) குடும்ப குழும், பின்னடைகளை வளர்க்க அதிகம் நேரம் செலவிடுதல்.

(6) வியாபார போட்டி

(7) சந்தைப்படுத்தல் பிரச்சனைகள்

(8) நல்ல பயிற்சி, அனுபவம் இல்லாமல் தொடங்குதல்.

(9) பல இடங்களுக்கு அலைந்து திரிந்து, பல ஊர்களுக்கு தனியே சென்று தொழிலை அபிவிருத்தி செய்ய இயலாமை.

இப்படி பல காரணங்கள் இருப்பினும் தமிழ்நாட்டைப் பொறுத்த அளவில் எந்த பொருளையும் உருவாக்கி, பன்னாட்டு நிறுவனங்களுடன் போட்டி போட்டு விளம்பரம் செய்து, விற்பனை செய்ய முடியாததே, முக்கியக் காரணம் ஆகும். கடந்த 20 ஆண்டுகளாக தென்னிந்திய மகளிர் தொழில் முனைவோர்கள் சங்க உறுப்பினராக பல பதவிகளில் பொறுப்பாளராக. தலைவியாக, ஒரு பயிற்சி தரும் ஆசிரியராக, ஆலோசகராக இருந்த, இருந்து வரும் அனுபவத்தில் மகளிர் தொழில் முனைவோருக்கு சொல்ல விரும்பும் 10 முத்தான ஆலோசனைகள் இவை தான்:

1. எந்த தொழில், வணிகத்தில் ஈடுபடும்முன் முழுமையான பயிற்சி, தெளிவான சிந்தனை, முறையான அனுபவம் இல்லாமல் தொடங்கக் கூடாது.

2. அரசு, வங்கி, நிதி நிறுவன பயிற்சி, உதவி, ஆலோசனை, கடனுதவி, மானியம் என அனைத்தையும் கேட்டுப் பெற்றுப் பயன்படுத்த வேண்டும்.

3. தேவையான அனுமதிகள் அனைத்தையும் (வரைபட அனுமதி, சிறு தொழில் பதிவு, மாநகராட்சி உரிமம், விற்பனை வரி) என அனைத்தையும் கேட்டுப் பெற்றுப் பயன்படுத்த வேண்டும்.

4. பங்குதாரர் இருக்கக் கூடாது.

5. நல்ல ஊழியர்களை தேர்வு செய்து, பயிற்சி கொடுத்து நிரந்தரமாக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

6. சந்தை பற்றிய ஆய்வு செய்து திருப்தி பட்ட பின் எந்த முடிவும் எடுக்க வேண்டும்.

7. தொழிலைத் தவிர வேறு சிந்தனையே கூடாது.

8. அரசுக்கு, வங்கிக்கு செலுத்த வேண்டியவற்றை சரியாக, சரியான நேரத்தில் செலுத்த வேண்டும்.

9. தேவையற்ற பொருட்களை வாங்கக் கூடாது. வீண் செலவு, புதிய முயற்சிகள் கூடவே கூடாது.

10. விளம்பரத்திற்கு 10 விழுக்காடு தொடர்ந்து செலவிட்டு வந்தால் மட்டுமே விற்பனையை தக்க வைக்க முடியும்.

தொடர்புக்கு- 9362476415, www.siweaindia.org

- ஞா. சந்திரகாந்தா, தலைவி, தென்னிந்திய மகளிர் தொழில் முனைவோர்கள் சங்கம்.

மாவட்ட முதன்மை அலுவலரான சாந்தி தன்னுடைய வேலையை முடித்து விட்டு வீட்டிற்குப் புறப்பட்ட போது அவளுடைய செல்பேசி சிணுங்கியது.

அழைப்பு அவளுடைய பள்ளித் தோழியும் மாவட்ட முதன்மை மருத்துவ அலுவலருமான ரேவதியிடமிருந்து. செல்பேசியை எடுத்த சாந்தி, என்ன ரேவதி ஏதாவது அவசர செய்தியா? நான் இப்போது வீட்டிற்கு கிளம்பி கொண்டிருக்கிறேன், சொல் என்றாள்.

சாந்தி இன்று மதியம் நினைவு தப்பிய நிலையில் மாசிலாமணியை அவருடைய பக்கத்து வீட்டுக்காரர் கொண்டு வந்து மருத்துவமனையில் சேர்த்திருக்கிறார். இதைப்பற்றி சொல்வதற்குத்தான் உன்னை அழைத்தேன்.

ரேவதி எனக்கும் அவருக்கும் இருந்த மன உரவு முறிந்து போய் பல ஆண்டுகளானது உனக்கு நல்லாவே தெரியுமே? அத்துடன் நான் அவரை மறந்து போய் இருக்கும் கால கட்டத்தில் இந்த செய்தி எனக்குத் தேவையா?

"அம்மா சாந்தி கோபப்பாதே. எதை யும்

சரியில்லை" என்றாள்.

என்னம்மா சொல்கிறாய், மனசு சரியில்லையா? அலுவலகத்தில் ஏதாவது பிரச்சனையா, நீ எப்போதும் எந்த பிரச்சனையாக இருந்தாலும் சமாளித்து விடுவாயே எனக்கு ஒன்றும் புரியவில்லை. நீயே விவரமாக சொல் என்றாள்.

கதிர் இன்று மாலை அலுவலகத்தை விட்டு புறப்பட்ட போது மருத்துவர் ரேவதி என்னிடம் தொடர்பு கொண்டு மாசிலாமணி நினைவு தப்பிய நிலையில் மருத்துவமனையில் சேர்க்கப்பட்டுள்ளதாகவும் வந்து அவரை பார்த்து செல்லும்படியும் கூறினாள். அதுதான் என்றாள்.

இதில் குழப்பத்திற்கு எங்கே இடமிருக்கு அம்மா. சரி, அத்தை சொன்னதற்கு நீ என்ன முடிவு எடுத்திருக்கிறாய் அதைச் சொல்லு என்றான் கதிரவன். இப்போதைக்கு எனக்கு ஒரே குழப்பமாக இருக்கிறது. யோசிப்பதற்கு சிறிது நேரம் வேண்டும்.

உடைந்த கண்ணாடி

உனக்கு படிப்பதற்கு ஏதாவது இருந்தால் படி. பிறகு பார்த்துக்கொள்ளலாம் என்றாள் சாந்தி.

இரவு சாந்திக்கு சாப்பிட பிடிக்கவில்லை. பால் மட்டும் குடித்து விட்டு படுக்கையில் சாய்ந்தாள். மனதில் பழைய நினைவுகள் அலைமோதின.

அப்பா அம்மாவிற்கு ஒரே பெண்ணாக பிறந்தவள் சாந்தி. அதனால் செல்லப் பெண்ணாக வளர்க்கப்பட்டாள். கிராமத்தில் பள்ளிப்படிப்பைத் தொடங்கிய சாந்தி பிறகு கல்லூரி படிப்பிற்கென திருச்சி வந்தாள். திருச்சியிலிருந்த பெண்கள் கல்லூரியில் சேர்ந்து அக்கல்லூரியின் விடுதியிலேயே தங்கினாள். கல்லூரி படிப்பு மூன்று ஆண்டுகள் மிகவும் குதூகலமாகப் போனது. பல

மருத்துவ அறிக்கைப்படி அவருக்கு நினைவு திரும்புவது சந்தேகம். எந்த நேரத்திலும் அவருக்கு இரப்பு ஏற்படலாம். அவருடன் வாழ்ந்தவளும் இப்போது அவருடன் இல்லை. ஆதரவு அற்ற ஒருவர் உயிருக்கு போராடி இறக்கும் தருவாயில் உள்ள ஒருவரை மனிதாபிமானத்துடன் வந்து பார்ப்பது தவறு இல்லை. பழையதை மறந்து நீ வந்து பார்ப்பது நல்லது என எனக்குத் தோன்றிது. அதனால் தான் அழைத்தேன், அதன் பிறகு உன் விருப்பம்" என்று கூறிவிட்டு செல்பேசியை வைத்தாள் ரேவதி.

மாலை அலுவலகத்தை விட்டு புறப்பட்ட சாந்தி தனது வண்டியை தன் வீட்டிற்கு செலுத்தினாள். வீட்டிற்குச் சென்றவள் சோபாவில் பொத்தென்று உட்கார்ந்தாள்.

சாந்தி வீட்டிற்கு வந்ததை பார்த்த சமையல்கார அம்மா சாந்தியைப் பார்த்து, சூடாக ஏதாவது கொண்டு வரவா என்றாள்.

எதுவும் வேண்டாம், என்னை சிறிது நேரம் தொந்தரவு செய்ய வேண்டாம் என்று குழப்பத்துடன் கூறினாள் சாந்தி.

சிறிது நேரத்திற்குப் பிறகு கல்லூரியிலிருந்து வந்த சாந்தியின் மகன் கதிரவன் என்றுமில்லாத நாளாக அம்மா சோர்ந்து உட்கார்ந்திருப்பதை பார்த்து,

அம்மா உடல் நலமில்லையா, என்ன செய்கிறது? ஏன் சோர்வாக இருக்கீங்க? மருத்துவரைப் பார்த்தீர்களா? என்றான்.

"என் உடலுக்கு ஒன்றுமில்லை நல்லாத்தான் இருக்கிறேன்? மனசுதான்



மாணவர்களுடன் பழகும் வாய்ப்பும் கிடைத்தது. தன் பள்ளித் தோழி ரேவதி கல்லூரித் தோழியாகவும் தொடர்ந்து தன்னுடன் இன்னும் நெருக்கமாக நட்பு கொண்டதையும் நினைத்துப் பார்த்தான்.

திருமணம் ஆன பிறகு இரண்டு ஆண்டுகள் ஓடாடி மறைந்தன. விடுமுறை தினங்களில் இருசக்கர வாகனத்தில் முக்கொம்பு சென்று காவிரி ஆற்றில் குளித்ததையும், திருச்சி மலைக்கோட்டையில் ஏறி உச்சிப்பிள்ளையார், தாயுமானவர் சன்னதி ஆகியவைகளை பார்த்து மகிழ்ந்ததையும், மலை உச்சியிலிருந்து அகலமாக ஓடும் காவிரி ஆற்றையும், ஆற்றின் நடுவில் கோடு கிழித்ததைப்போல் போடப்பட்டுள்ள ரயில் தண்டவாளத்தில் ரயில் சென்றதை பார்த்து ரசித்ததையும், உச்சியிலிருந்து பார்க்கும் போது, இரவில் திருச்சி நகர் மின் விளக்குகளால் ஒளிர்வதையும் பார்த்து மெய்மறந்ததையும், கல்லணையில் அதனைக்கட்டிய கரிகாற்சோழன் சிலையின் அருகில் நின்று புகைப்படம் எடுத்ததையும் நினைத்துப் பார்த்தான்.

கதிர் பிறந்தவுடன் மாசிலாமணி பதவி உயர்வு பெற்று பெங்களூர் சென்றார். தன்னையும் தன் குழந்தையையும் பார்க்க மாதந்தோறும் கிராமத்துக்கு வந்து சென்றவர், ஆறு மாதத்திற்குப் பிறகு வருவதை நிறுத்திக் கொண்டார். கடிதம் மூலமாகவும், தொலை பேசி மூலமாகவும் தொடர்பு கொண்டும் அவரிடமிருந்து எந்தப் பதிலும் வரவில்லை. இதை அறிந்த சாந்தியின் தந்தை பெங்களூர் சென்று விசாரித்தபோது, அங்கு அவர் வேறு ஒரு பணக்காரப் பெண்ணுடன் வாழ்க்கை நடத்துவதாக தெரிய வந்தது. அதனால் மனமுடைந்து போனார்கள் சாந்தியின் பெற்றோர்கள்.

கணவனால் கைவிடப்பட்ட சாந்தியின் நிலையை அறிந்த தோழி ரேவதி, சாந்திக்கு ஆறுதல் கூறியதோடு, படிப்பைத் தொடரும்படியும், படிப்பு உனக்கு பக்கபலமாக இருக்கும் என்றும் நம்பிக்கை ஊட்டினாள். அவளது அறிவுரையின்படி தன் கைக்குழந்தை கதிரை பெற்றோர்களின் பாதுகாப்பில் வளர்க்கச் சொல்லிவிட்டு மறுபடியும் கல்லூரியில் சேர்ந்து முதுகலைப்பட்டம் பெற்றாள். தொடர்ந்து மாநில அரசு வேலைக்கான தேர்வு எழுதி அதில் வெற்றியும் பெற்று இன்று மாவட்ட முதன்மை அலுவலராக இருப்பதையும் நினைத்துக்கொண்டே உறங்கிவிட்டாள்.

காலை இளஞ்சூரியனின் கதிர்கள் கள்ளென்று உடம்பில் பட்டவுடன் படுக்கையை விட்டு எழுந்தாள் சாந்தி. கதிரையும் எழுப்பிவிட்டாள். சமையல்கார அம்மா இருவருக்கும் காபி கொண்டுவிட்டு கொடுத்தாள். குடித்துவிட்டு சூரியலை முடித்துவிட்டு இருவரும் வரவும் சிற்றுண்டி தயாராக இருந்தது. சாப்பிட்டவுடன் மகனை அழைத்துக்கொண்டு காரில் புறப்பட்டாள் சாந்தி.

காரை மருத்துவமனை வளாகத்தில் சென்று நிறுத்திய போது, மருத்துவர் ரேவதி தன்னுடைய காரிலிருந்து இறங்கி சாந்தியை நோக்கி வந்தாள். மூவரும் மாசிலாமணி இருந்த அறைக்குச் சென்றனர்.

போகும் போது, மாசிலாமணியுடன் சேர்ந்து வாழ்ந்த அந்த பணக்கார பெண் மாசிலாமணியை விட்டு பிரிந்து போய்விட்டதையும், போகும்போது இவருடைய சொத்துக்கள் அனைத்தையும் தன் பெயருக்கு மாற்றி எழுதி வாங்கிக்கொண்டு போய் விட்டதையும், மாசிலாமணியின் நிகழ்கால வாழ்க்கையை சொல்லிக்கொண்டு சென்றாள் ரேவதி.

அறைக்குள் மாசிலாமணியை உதவி மருத்துவர்கள் பரிசோதனை செய்து கொண்டிருந்தனர். அவர்களைப் பார்த்து மருத்துவர் ரேவதி, மாசிலாமணி இப்போது எப்படி இருக்கிறார் என்றார்.

அதற்கு உதவி மருத்துவர், மாசிலாமணியின் உடல் நிலை மோசமாகிக்கொண்டு வருகிறது, அவரது நாடித்துடிப்பு அடங்கிவருகிறது. அவருக்கு இனி மருத்துவம் தேவையில்லை. பொருத்தப்பட்ட உபகரணங்களை அகற்றிவிடலாம். அவருடைய உறவினர்களுக்கு சொல்லிவிடலாம். என்றனர்.

சாந்தி தன் பையனை அழைத்து இதுவரை அவன் பார்த்திராத அவனுடைய தந்தையான மாசிலாமணியை காண்பித்து, இவர்தான் உன்னுடைய தந்தை என்றான். கதிர் தன் தந்தை அருகில் சென்று அவருடைய முகத்தைப்பார்த்தான். அச்சமயம் மாசிலாமணியின் இறுதி மூச்சு வெளியேறியது. அவர் இவ்வுலகத்தை விட்டு பிரிந்து விட்டார்.

சாந்தியும், ரேவதியும் மாசிலாமணியின் இறந்த உடல் கிடந்த கட்டிலின் அருகில் வந்து நின்றனர். எல்லோரிடமும் கனத்த மௌனம் நிலவியது. சிறிது நேரம் கழித்து ரேவதி அந்த மௌனத்தை கலைத்து சாந்தியைப்பார்த்து இனி என்ன செய்யலாம், என்றாள்.

சாந்தி எதுவும் கூறவில்லை. நீண்ட பெருமூச்சு ஒன்று மட்டுமே வெளிவந்தது. குழப்பத்திலிருந்த சாந்தியின் தோள்களைப் பற்றிய மகன் கதிர், ஏம்மா நான் ஒரு முடிவு சொல்லட்டுமா? என்றான். சரி என்பது போல் தலையாட்டினாள் சாந்தி. மருத்துவர் ரேவதியைப்



<https://t.me/SKLINKS>

பார்த்து கதிர் பேசினான், அதை அவர் ஒரு கணவனாகவோ, ஒரு தந்தையாகவோ செய்ய வேண்டிய எந்தக் கடமையையும் செய்யல, தன் காலம் முழுவதும் ஒரு சுயநலமாக மட்டுமே வாழ்ந்து விட்டார். அதனாலேயே அவரை அனாதையா போட்டுட்டுப் போறது சரியில்லை என்று நான் கருதுகிறேன். அதே நேரத்தில் ஒரு மனைவி-மகன் என்கிற அடிப்படையில் அவருக்கான எந்தச் சடங்குகளையும் செய்யறதுவ எனக்கு விருப்பமும் இல்லை. அதனால் ஒரு முடிவு எடுப்போம், இதுவரைக்கும் யாருக்கும் பயன்படாத வாழ்க்கை வாழ்ந்த இவர், இனிமேலாவது இந்த சமுதாயத்துக்குப் பயன்பட்டும்.

என்று பேசிக் கொண்டு போன கதிரை சாந்தியும், ரேவதியும் வியப்போடு பார்த்தார்கள்,

இனிப் பயன்படபோறாரா? என்று சாந்தி ஆச்சரியத்தோடு கேட்க, ஆமாம்மா, உயிரற்ற இவரது உடலை மருத்துவ ஆராய்ச்சிக்கு ஒப்படைப்போம். எதிர்கால மருத்துவர்கள் படிப்பதற்கு உடலாகப் பயன்படுவார் என்றான் கதிர். மருத்துவர் ரேவதியும் அதை ஆமோதிக்க, உடனடியாக அதற்கான சட்டப்படியான பணிகளை மேற்கொண்டனர் மூவரும்.

மாசிலாமணியின் உடலைச் சமந்துகொண்டு அரசு மருத்துவக் கல்லூரி வாகனம் சென்ற திசையிலிருந்து பார்வையை விலக்கிய சாந்தியின் மனதில் நீடித்த குழப்பம் தெளிந்து இருந்தது. அம்மாவின் தோள் மீது கைபோட்டபடி மருத்துவர் ரேவதிக்கு நன்றி கூறி காரை நோக்கி நடந்தான் கதிர்.

வொன்னியின் செல்வன்

மூலக்கதை :கல்கி - படக்கதை :வெயவன் - ஓவியங்கள் :தமிழ்

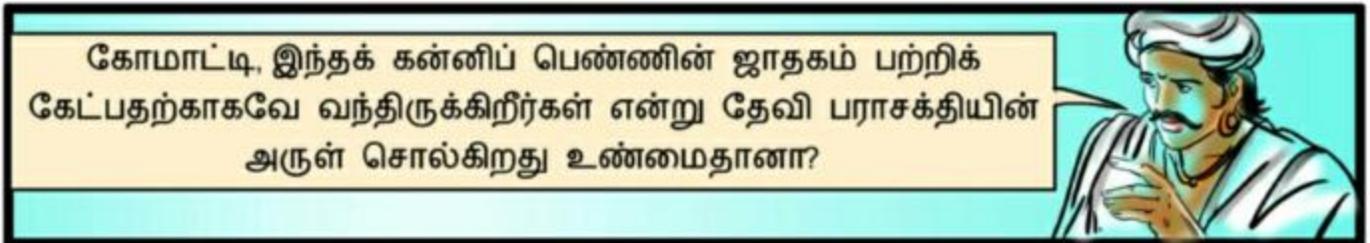
அரசகுமாரியை வரவேற்பதற்கு உகந்ததாகச் சோதிடரின் கூடம் அழகு செய்யப்பட்டிருந்தது. சுவரில் ஒரு மாடத்தில் அம்பிகையின் படம் அலங்கரிக்கப்பட்டு விளங்கியது. அமருவதற்கு இரண்டு பீடங்கள் சித்தமாயிருந்தன. குத்துவிளக்கு எரிந்தது, அங்குமிங்கும் கோலங்கள் பொலிந்தன. ராசிச் சக்கரங்கள் போட்ட பலகைகளும் ஓலைச்சுவடிகளும் சுற்றிலும் இரைந்து கிடந்தன.



பெண்மணிகள் இருவரும் பீடங்களில் அமர்ந்த பிறகு சோதிடரும் உட்கார்ந்தார்.

அம்மணி! வந்த காரியம் இன்னதென்பதைத் தயவு செய்து சொல்லி அருள வேணும்!

ஜோசியரே! அதையும் தங்கள் ஜோதிடத்திலேயே பார்த்துத் தெரிந்து கொள்ளக் கூடாதா?

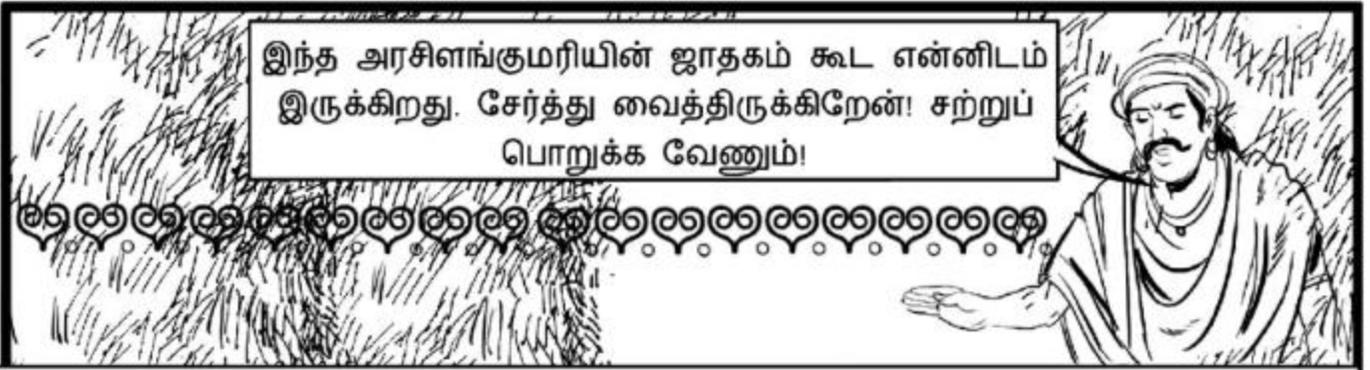


ஆஹா! பிரமாதம்! உங்களுடைய சக்தியை என்னவென்று சொல்வது? ஆம் ஜோசியரே! இந்தப் பெண்ணைப் பற்றிக் கேட்கத் தான் வந்தேன். . நாலுமாதமாக இவளுக்கு என்னவோ நேர்ந்திருக்கிறது. அடிக்கடி சோர்ந்து போகிறாள். பிரமை பிடித்தாற்போல் இருக்கிறாள் சிரிப்பையே மறந்து விட்டாள். உடம்புக்கு ஒன்றுமில்லை என்கிறாள். இவள் பெற்றோர்கள் நாளைக்கு வந்து கேட்டால், என்ன மறுமொழி சொல்வதென்றே தெரியவில்லை..



தாயே! கொடும்பாளூர் கோமகளின் செல்வப் புதல்வி தானே இவர்? இவருடைய பெயர் வானதி தானே?

ஆமாம்; உமக்கு எல்லாம் தெரிந்திருக்கிறதே!



இந்த அரசினங்குமரியின் ஜாதகம் கூட என்னிடம் இருக்கிறது. சேர்த்து வைத்திருக்கிறேன்! சற்றுப் பொறுக்க வேணும்!

ஜோதிடர் பக்கத்திலிருந்த ஒரு பழைய பெட்டியைத் திறந்து சிறிது நேரம் புரட்டினார். பிறகு, அதிலிருந்து ஒரு ஜாதகக் குறிப்பை எடுத்துக் கவனமாய்ப் பார்த்தார்.



சிறிது நேரம் ஜாதகத்தை உற்றுப் பார்த்துக் கொண்டிருந்த பிறகு சோதிடர் வானதியின் முகத்தை ஏறிட்டுப் பார்த்தார். திரும்ப ஜாதகத்தைப் பார்த்தார். இப்படி மாற்றி மாற்றிப் பார்த்துக் கொண்டிருந்தாரே தவிர, வாயைத் திறந்து ஒன்றும் சொல்லுகிற வழியைக் காணவில்லை.



என்ன, ஜோசியரே! ஏதாவது சொல்லப் போகிறீரா, இல்லையா?

இது மிகவும் அதிர்ஷ்ட ஜாதகம் தாயே! அதிர்ஷ்ட ஜாதகத்தை நான் இதுவரை பார்த்ததேயில்லை!



அக்கா! இந்த துரதிர்ஷ்டக்காரியைப் போய் இவர் உலகத்திலேயே இல்லாத அதிர்ஷ்டக்காரி என்கிறாரே! இப்படித்தான் இருக்கும் இவர் சொல்லுவதெல்லாம்!



வேண்டாம், ஜோதிடரே!
வேண்டாம் அப்படியெல்லாம்
செய்துவிடாதீர்.

அம்மா! என்ன சொன்னீர்கள்?
நான் சொல்வது தவறானால்
என்னுடைய தொழிலையே
விட்டுவிடுகிறேன்



இவளுக்குப் புருஷன் எங்கிருந்து
வருவான்? எப்போது வருவான்?
அவனுக்கு என்ன அடையாளம்?



ஜோதிடர் ஜாதகத்தை மறுபடியும்
கவனித்துப் பார்த்தார்.

அம்மணி!
இந்த இளவரசிக்குக் கணவன்
சமீபத்தில் உள்ளவன்தான் ஆயினும்
அந்த விராதி விரன் இப்போது
கடல் கடந்து சென்றிருக்கிறான்!



இதைக் கேட்டதும், வானதியைப் பார்த்தாள்.
வானதியின் உள்ளத்தில் பொங்கிய உவகையை அவள்
அடக்கிக் கொள்ளப் பார்த்தும் முடியவில்லை முகம் காட்டி விட்டது.

அவன் யார்? என்ன குலம்?
தெரிந்துகொள்ள ஏதாவது
அடையாளம் உண்டா?

அந்த பாக்கியசாலியின் திருக்கரங்களில்
சங்கு சக்கர ரேகை இருக்கும், அம்மா!

தொடரும்

வேடிக்கைப் பார்க்கிறான் மனிதன்

கோ. இராஜசேகர் தனது சிந்தனைகளை அழகு தமிழ்ச் சொல்லெடுத்து, வேடிக்கை பார்க்கிறான் என்ற தலைப்பில் கவிதைகளாக வடித்துள்ளார். கோ.இராஜசேகரின் கவிதை களில் இளமைக்கேயுரிய துள்ளல் தென்படுகிற



தெனிணும் அவர் வெறுமனே காதல் என்னும் பொருண்மையில் ஆழ்ந்து போய் விடவில்லை. மாறாக, மனித உறவுகளின் மேன்மையை, அதன் ஆழத்தைச் செறிவான வார்த்தைகள் கொண்டு வணைந்திருக்கிறார்.

சொட்டுச்சொட்டாக தண்ணீர்தான் குழாய்களில் அல்ல எம்தேசத்து நதிகளில்

என்று நதிகளே வறண்டு கொண்டிருக்கும் ஆபத்தை எடுத்துக் காட்டுகிறார்.

சிறைபிடித்த பிறகும் விடுதலையாய் புன்னகை!!

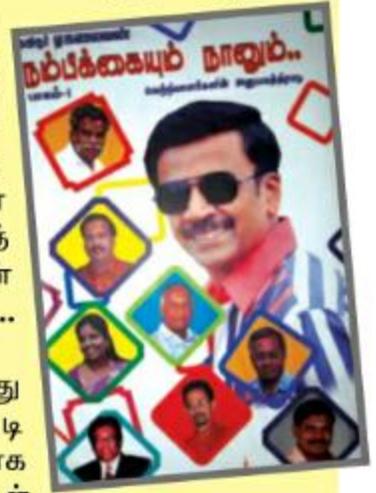
என்கிற ஒன்றைப் பருக்கை சிந்தனையில் தன் கவியாளுமையை நிரூபிக்கிறார் இந்த இளம் படைப்பாளி. கோ. ராஜசேகர் இத்தொகுப்பின் மூலம் கவிஞனாக அடையாளப்படுகிறார்.

நூல் பெயர்: வேடிக்கை பார்க்கிறான் மனிதன்
 ஆசிரியர்: கோ. இராஜசேகர்
 விலை: ரூ.50/-

நம்பிக்கையும் நானும்

கவிஞர் ஏகலைவன் எழுதிய குறையொன்று மில்லை... என்ற நூலிலுள்ள அவர் எழுத்துகள் விழிப்புணர்வை உண்டாக்குகின்றன என்பது உண்மையிலும் உண்மை. அதற்குக் காரணம் பாதிக்கப்பட்டவரே பதிவு செய்திருப்பதுதான்.

இப்படிப்பட்ட உண்மைக்கதையைப் பிரதிபலிக்கும் கவிஞர் ஏகலைவன் சாதனையாளர்களைப் பேட்டி கண்டு, அவர்களின் பதிவைத் தொகுத்திருப்பதுதான் நம்பிக்கையும் நானும்.... எனும் இந்நூல்.



நம்பிக்கையை தனது வாழ்நாளில் எப்படி கட்டுமானப் பொருளாக கையாண்டார்கள் என்பதை,

அவரவர் தத்தம் வாழ்வியல் அனுபவத்தின் மூலம் இந்நூலில் ஆவணமாக்கியுள்ளனர்.

இந்நூலை ஒரு அனுபவ மாலையாக மாற்றும் வித்தையை தளராத தன்னம்பிக்கைக்காரர் ஏகலைவன் தன் கைவண்ணத்தில் மெருகூட்டிப் படைத்திருக்கிறார்.

நூல் பெயர்: நம்பிக்கையும் நானும்
 ஆசிரியர்: கவிஞர் ஏகலைவன்
 வெளியீடு: வாசகன் பதிப்பகம், 167, ஏ.வி.ஆர் காம்பளெக்ஸ், செரி ரோடு, சேலம் - 07.

கவிதைதான் பேச வேண்டும் கவிதையாளனே பேசக்கூடாது. ஆனால்

"வெட்டிய பின்னும் நிழல் தந்தது வீடாக மரம்"

"அன்பு விதையில் ஆய்தம் முளைத்தது மத வன்முறை"

இப்படி கவிஞர் இந்தியன் கணேசனின் கவிதைகள் நிறையப் பேசுகின்றன.

நூலின் பெயர்: அவிழ்ந்தே கிடக்கும் கூந்தல்
 ஆசிரியர்: கவிஞர் இந்தியன் கணேசன்
 விலை: ரூ.100/-

வெளியீடு: இனிய நந்தவனம் பதிப்பகம்
 எண்.17 பாய்க்காரத் தெரு,
 உறையூர், திருச்சி - 620003

அவிழ்ந்தே கிடக்கும் கூந்தல்



தையற்கலை

—தே.க.ராமசாமி.

தொடர்

1830 - ஆம் ஆண்டு ஏழை எளிய தையல் தொழிலாளியான பிரான்ஸ் நாட்டை சேர்ந்த 'பர்த்லெமி தைமானியர்' தையல் எந்திரத்தை கண்டுபிடித்தார். தையல் எந்திரத்தை மரத்தைக் கொண்டு, ஏறக்குறைய 80 எந்திரங்களை செய்தார். முதன் முதலில், பாரீசில் கடையமைத்து ராணுவத்திற்கு தேவையான ஆடைகளை வடிவமைத்து கொடுத்தார். இதனை, எதிர்த்து சிலர் அறியாமையோடும், வெறியுணர்ச்சியோடும், அந்த தையல் எந்திரங்களை அடித்து நொறுக்கினர். ஆனாலும், இவர் மனம் தளரவில்லை. உடல்நலம் பெற்றவுடன் வேறு ஒரு தையல் எந்திரத்தை உருவாக்கினார். 1848 - இல் இங்கிலாந்து அரசிடம் பதிவுசெய்து அதன் உரிமையையும் பெற்றார். அன்றைக்கு மிகக் கடினமாக கண்டுபிடித்து சொல்லெனாதையர் துன்பங்களை அனுபவித்த பர்த்லெமி போட்ட விதை மிக நவீனமாக மாறி பல்வேறு வடிவங்களில், பல்வேறு மாதிரிகளில் தையல் எந்திரங்கள் கண்டுபிடிக்கப்பட்டு தையல் தொழிலுக்கு உயிர்ப்பூட்டி வருகின்றன. சரி, இப்போது என்ன தைக்கலாம். வாருங்கள்.

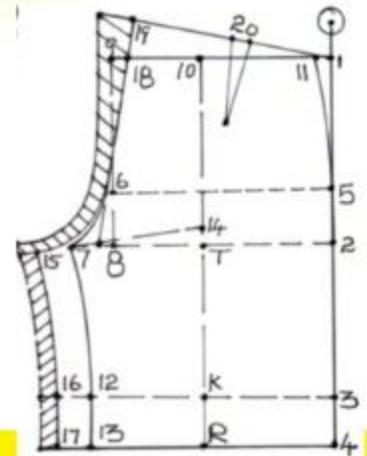


சிறுவர்களின் அரைகால் சட்டை (மடிப்பு இல்லாதது) அளவுகள் :-
 நீளம் - 14 அங்குலம்
 இருப்புசுற்றளவு - 28 அங்குலம்
 புட்ட சுற்றளவு - 30 அங்குலம்.
 முன்பாகம்:-

- 0 = 1 1/2 அங்குலம் இடுப்பு பட்டிக்காக விடவும்.
- 1 = புட்ட சுற்றளவு 4ல் ஒருபாகம் 1/4 அங்குலம் அதிகம்.
- 0 = முழு நீளம் 1/4 அங்குலம் அதிகம்.
- 0 = 2 அங்குலம்.
- 2 = புட்ட சுற்றளவு 12ல் ஒருபாகம் 1/4 அங்குலம் குறைவு.
- 5 = குறுக்கு கோடு
- 2 = புட்ட சுற்றளவு 3ல் ஒருபாகம்.
- 7 = புட்ட சுற்றளவு 16ல் ஒருபாகம். 1/2 அங்குலம் குறைவு.
- 1 = 8.2 அளவு
 T.2 = 7.2 அளவு பாதி
 K.3 = T.2 அளவு
 R.4 = K.3 அளவு
- 1 = R.4 அளவு
- 9 = இடுப்பு சுற்றளவு 4ல் ஒருபாகம் 3/4 அங்குலம்.
- 3 = 7.2 அளவு 3/4 அங்குலம் குறைவு.



- 4 = 12.3 அளவு 1/4 அங்குலம் குறைவு. பின்பாகம்:-
- T = 1/2 அங்குலம் வைத்து 14.7 இணைத்தால் எண் 15 கிடைக்கும்.
- 7 = புட்ட சுற்றளவு 16ல் ஒரு பாகம் 1/4 அங்குலம் குறைவு.
- 12 = 7. 15 அளவு 1/4 அங்குலம் குறைவு.
- 16 = 12 - 13 அளவு.
- 1 = இடுப்பு சுற்றளவு 4ல் ஒரு பாகம் 2 அங்குலம் அதிகம்.
- 18 = 1 1/2 அங்குலம்.
- 1 = 19- 1 அளவு பாதி 1/2 அங்குலம் பிடித்தம். டார்ட்.



குறிப்பு:-

மடிப்பு இல்லாத அரை கால் சட்டையான இதை பள்ளிச்சீருடையாக பயன்படுத்துகின்றனர். எப்போதும் போல் தையலுக்கு 1/4 அங்குலம் சேர்த்த வரைபடம் வரையப்பட்டுள்ள கால் கோட்டின் மீதே வெட்டவும். சாய்வுக் கோடுகள் கொண்ட பகுதி உள் துணி என்று கொள்ளவும். தொடர்புக்கு: 98400 39990

நன்மையே தீமையாஃ!

நான் ஆசை ஆசையாய் வாங்கி வந்து நீட்டிய அந்தப் புடவைப் பாசலை முகம் மலர் வாங்கி விழிகளில் ஆவலைத் தேக்கி இதழ்களில் புன்முறுவலைக் காட்டி விரல்களில் பரபரப்பைக் கொட்டி வேக வேகமாய்ப் பிரித்த அமுதா அப்புடவையை வெளியே எடுத்துப் பிரித்துப் பார்த்ததும் முகம் மாறினாள், அடப்பாவமே பிடிக்கலை போலிருக்கே, ம்...ம்...எப்படி? இவளுக்குப் பிடித்த வெளிர் நிறத்தில்தானே எடுத்திருக்கேன்.... அப்புறம் ஏன்? ஆர்வமே இல்லாமல் அதை மடித்து மீண்டும் அதே அட்டைப் பெட்டிக்குள் திணித்தவாறே கேட்டாள் என்ன விலை?



ம்ம்.... ஆயிரத்தி இருநூறு அதிகமென்று திட்டுவாளோ, இல்லை குறைவு என்று பாராட்டுவாளோ... என்பது புரியாமல் திக்கித் திணறி சொன்னேன்.

ப்ச்.... வீண் என்றாள் ஒற்றை வார்த்தையில் ஏன், அமுதா.. ஏன் அப்படிச் சொல்லுறே? நான் ஆசைப்பட்டே.. நாளை தேர்வு செய்து எடுத்து வந்ததை இப்படி பொசுக் என்று வீணுன்னுட்டியே.. பரிதாபமாய்க் கேட்டேன். மன்னிச்சிடுங்க...நான் அப்படிச் சொன்னதுக்கான காரணத்தை நானா சொல்லுறதை விட நீங்களே உணர்வீங்க... எப்ப? நாளைக்கு நான் அதைக் கட்டிட்டு அலுவலகம் கிளம்பும் போது,

நான் குழப்பமாய்ப் பார்த்தேன்.... என் மன ஓட்டத்தைப் புரிந்து கொண்டவள் கோவிச்சக்காதீங்க எனக் கொஞ்சலாய் என் கன்னத்தைச் செல்லத் தட்டு தட்டி விட்டுச் சென்றாள்.

மறுநாள் காலை நானும் அமுதாவும் ஆளுக்கொரு பக்கம் பரபரப்பாய் அலுவலகம் கிளம்பிக் கொண்டிருந்தோம்.

ஏங்க... சாப்பாட்டு மேசையில் உணவு எடுத்து வெச்சிட்டேன்...நீங்களே எடுத்து சாப்பிட்டுக்கங்க என்று சொல்லி விட்டு குளியலறைக்குள் புகுந்தாள் அவள்.

அவசர அவசரமாய் இடலியை அள்ளி விழுங்கி விட்டு வாசலருகே இருந்த இருக்கையில் அமந்து காலணியை அணிந்து கொண்டே உள் அறையை நோக்கிக் கத்தினேன் அமுதா.... ஆச்சா? நேரமாகுதும்மா!

இதோ வந்திட்டேன், என்றபடி வந்து நின்றவளைப் பார்த்து அதிர்ந்தேன். இதென்னடி புடவை?.... சருகாட்டம் இவ்வளவு லேசாயிருக்கு! இடுப்புப் பகுதியில் உள்பாவாடை சுருக்கங்கள் எல்லாம் அப்படியே வெளிய தெரியுது.

ம்.....இதுதான் நேத்திக்கு அமுதாவின் முகம் மாறியதற்கான காரணமும் எனக்கு இப்போதுதான் புரிந்தது, ச்சே... இதுக்குத்தான் இந்த மாதிரி வேலைகளிலெல்லாம் ஆம்பளைங்க மூக்கை நுழைக்கக் கூடாதுங்கறது, இதுவே... நீயாயிருந்தா வாங்கும் போதே இதைக் கவனிச்சிருப்பே இல்ல? உம்.... நான் நிறத்தையும்...விலையையும் மட்டும் தான் கவனிச்சேன்.... இந்த மாதிரியெல்லாம் பார்க்கணும்னு தோணக் கூட இல்லை... நான் மிகவும் வருத்தப்பட்டுச் சொன்னேன்.

அதனாலென்ன பரவாயில்லை விடுங்க... நீங்க ஆசையா எனக்கு எடுத்திட்டு வந்து குடுத்தீங்க பாரு? அதுவே மகிழ்ச்சி எனக்கு! அதைக் கட்டித்தான் மகிழ்ச்சியடையனுமா என்ன?

சொல்லியவாறே மீண்டும் உள்ளறைக்குச் சென்று வேறு புடவையை மாற்றிக் கொண்டு வந்தவளை என் வண்டியில் ஏற்றிச் சென்று அவள் அலுவலகத்தில் இறக்கி விட்டு விட்டு என் அலுவலகம் நோக்கிப் பறந்தேன்.

அன்று முழுவதும் என் மனம் மிகவும் சங்கடத்தில் உழன்றது. ச்சே.... பாவம் அவளை அநியாயத்திற்கு ஏமாத்திட்டேன், ஆனால் அந்த ஏமாற்றத்தை வெளிக்காட்டிக் கொள்ளாமல் என்கிட்ட வெகு இயல்பாகப் பேசினாளே....

அடுத்த மாதத்தில் ஒரு நாள் சோப்புத் தூள் விற்க வந்திருந்த ஒரு இளம் பெண்ணுடன் அமுதா பேசிக் கொண்டிருந்தது உள் அறையில் புத்தகம் படித்துக் கொண்டிருந்த என் காதுகளில் விழுந்தது.

அடப்பாவமே...காலையிலிருந்து சாயங்காலம் வரை விற்றாலும் ஒரு நாளைக்குக் கமிசன் நூறு ரூபாய்தானா? அமுதா அங்கலாய்க்க

ப்ச்...என்னங்க பன்றது? கூலி வேலைக்குப் போனாக்கூட அதை விட அதிகம் கிடைக்கும் ஆனா...

போக முடியாதபடி குடும்ப கௌரவம் இடிக்குதே!
அது சரி.... கமிசன் இல்லாம வேற ஏதாவது முன்பணம் மாதிரி குடுக்கறாங்களா?
உம்...நாலு தெரு போறதினால நல்லபடியா உடை உடுத்த வேண்டியிருக்கு... தெனமும் ஒரு புடவை கட்டக்கூட வக்கில்லாம ஒண்ணு ரெண்டு புடவை மட்டுமே வெச்சுக்கிட்டு... அதையே துவைச்சுத் துவைச்சுக் கட்ட வேண்டியிருக்கு தன் நிலையை பரிதாபமாக சொன்னாள் இந்த இளம்பெண்.
ம்ம்ம்.... ஏம்மா...நான் ஒண்ணு கேட்டா... சங்கடப்பட மாட்டியே? அமுதா கேட்டாள் என்ன மேடம் சொல்லுங்க.
என்கிட்ட ஒரு புகும்புடவை இருக்கு..ஒரு தடவை கூடக் கட்டலை. அப்படியே வாங்கிட்டு வந்த அண்டைப் பெட்டியிலேயே இருக்கு...நீ சங்கடப்படலைன்னா... அதை உனக்குத் தர்றேன்..பணமெல்லாம் எதுவும் வேண்டாம்... கம்மாவே வெச்சுக்க!
இதுல சங்கடப்படறதுக்கு என்ன மேடம் இருக்கு...புதுசுங்கறீங்க... ஒரு தடவை கூடக் கட்டலைங்கறீங்க... அப்புறமென்ன? என் அக்காகிட்ட வாங்கற மாதிரி நெனச்சு வாங்கிக்கறேன்.

தேர்தல் முடிவு
எப்படி இருக்கும்னு
நினைக்கிறே?
செல்லாத
நோட்டுகளின்
மதிப்பா இருக்கும்.

- பொன்னை சுப்பிரமணி,
சென்னை.



அப்பெண் சம்மதம் சொன்னதும் அமுதா எழுந்து உள் அறைக்குள் வந்தாள், என்ன அமுதா அந்தப் புடவையை அந்தப் பெண்ணுக்குத் தரப் போறியா? கேட்டேன் ஆமாம்.... அது கம்மாத்தானே கிடக்கு. கம்மா கிடந்தாலும் பரவாயில்லை.... அதைத் தர வேண்டாம் கண்டிப்பாகச் சொன்னேன். என்னங்க... நான் தர்றதாச் சொல்லிட்டேனே! ம்... என் வீட்டுக்காரர் தர வேண்டாம்னு சொல்லிட்டார்ன்னு என் மேல பழிய போட்டுடு,
ப்ச்... என்னங்க நீங்க...! அவள் கையப் பிசைந்து கொண்டு நிற்க, நான் நெருப்பாய் முறைத்தேன்.
என் முறைப்பின் சூடு தாளாமல், உடனே வெளியேறி, எதையெதையோ சொல்லிச் சமாளித்து அப்பெண்ணை அனுப்பியே விட்டாள். இரவு மறு பக்கம் திரும்பிப் படுத்திருந்தவளின் முதுகைத் தொட்டுத் திரும்பினேன்.
திரும்பியவள் முகத்தில் தார் சாலை இறுக்கம்.
அமுதா... நீ ஏன் கோபமா இருக்கேன்னு எனக்குத் தெரியும்... நான் காரணமில்லாமல் அப்படிச் சொல்லலை... காரணத்தோடுதான் சொன்னேன். அவள் குழப்பமாய் என்னைப் பார்க்க....
அந்தப் பொண்ணு சின்ன வயசுப் பொண்ணு...பார்க்க தள...தளன்னு நல்லா வாலிபமாக வேற இருக்கா.... அப்படியிருக்கிற பொண்ணுக்கு உள்ளே இருக்கறதெல்லாம் தெளிவா வெளிய தெரியற மாதிரியான ஒரு சேலையைக் கொடுத்து அவ வாழ்க்கை கெட்டுப் போக நாம

காரணமாகலமா?
என்ன சொல்றீங்க?.....அதெப்படி அவ வாழ்க்கையை நாம கெடுக்கற மாதிரி ஆகும்?
பின்னே... அவ வேலையே தெருத் தெருவா.... வீடு வீடாய் போயி சோப்புத் தூள் விக்கறது...அப்படிப் போகிற சமயத்துல அவ எத்தனையோ விதமான ஆம்பளைங்களைச் சந்திக்க வேண்டி வரும்! அவ சந்திக்கற எல்லா ஆம்பளைங்களுமே நல்லவங்களா இருப்பாங்கன்னு சொல்ல முடியாது... இப்ப இந்தச் சருகுச் சேலையைக் கட்டிட்டு கவர்ச்சியாய் போனா... அந்த மோசமான ஆளுங்களை இவளே தூண்டி விடற மாதிரியும்.... அழைப்பு விடற மாதிரியும் இருக்கும்.
அட.... ஆமாங்க.....! அவ்வளவு ஏன்? நல்ல ஆம்பளைங்களைக் கூட புத்தி தடுமாற வெச்சிடும் அந்தச் சேலையோட லட்சணம்... கடைசில அது ஏதாவதொரு விபரீதத்துல தான் போய் முடியும்.... தேவையா?...நீயொரு நன்மை செய்யப் போக, அதுவே அவளுக்கொரு தீமையா ஆகணுமா?... சொல்லு அமுதா!
நான் சொல்லச் சொல்ல என்னை...என் எண்ணத்தை முழுவதும் புரிந்து கொண்ட அமுதா விருட்டென்று என் முகத்தை தன் நெஞ்சில் புதைத்துக் கொண்டாள்.

The following particulars regarding the ownership of "Thangamangai Monthly" the Tamil Monthly newspaper, are published, as called for by rule 8 of the Registration of Newspapers (Central) Rules 1956.

Form IV (See Rule 6)

1. Place of Publication : CHENNAI
2. Periodicity of Publication : Monthly
3. Printer's Name : G.RAVI
Whether Citizen of India : Yes
Address : Super Printing Press
40, Muthiah Street,
Vellala Teynampet,
Chennai - 600 086.
4. Publisher's Name : R.SAKTHIVEL
Whether Citizen of India : Yes
Address : South India Publications,
339, Anna Salai,
Teynampet, Chennai - 6.
5. Editor's Name : R.SAKTHIVEL
Address : 339, Anna Salai,
Teynampet, Chennai - 6.
6. Name and Address of individual who own the newspaper and partners of share holders holding more than one percent of the total capital : R.SAKTHIVEL
South India Publications,
339, Anna Salai,
Teynampet, Chennai - 6.

I hereby declare that the particulars given above are true to the best of my knowledge and belief.

1, March 2017

Sd/- R.Sakthivel
Publisher.

பெண்
 இன்றும் என்றும்...
 பெற்றெடுப்பதும் பெண்ணே!
 ஞானம் பெறவும் -நல்ல
 போதனை பெறவும்
 கற்றுத்தருவதும் பெண்ணே!
 மண்ணிலே....
 கண்ணாய் காத்து நிற்கும்
 தாயாய் வருபவளும் பெண்ணே!
 குடும்பங்கள் கனி கொள்ள....
 வருபவளும் வரந்தரும் பெண்ணே!
 அங்கமெல்லாம் இன்பம் பூக்கவும்
 பொங்கும் வாழ்வைச் செழிக்க
 வைக்கவும் தரணியை நிமிர்த்தும்
 தங்கமங்கையே...!

- முத்தையாதாசன்,சென்னை.24.



பொது அறிவு சமீபீகளி

பெண்கள் 10 விழுக்காடு
 உலக வருமானத்தில்
 10 விழுக்காடு
 பெண்களால்
 வருகிறது.
 இருப்பினும், ஒரு
 விழுக்காடு நிலமே
 பெண்கள் பெயரில்
 உள்ளது.

இடலீன்ஸ் தொண்டை
 இடலியைப் பற்றி
 எழுத்துப் பூர்வமான
 முதல் ஆதாரக் குறிப்பு
 கி.பி - 10- ஆம்
 நூற்றாண்டில்
 கன்னடத்தில் சிவகோட்டி
 ஆச்சார்யா எழுதிய
 'வதார்தனே' என்னும்
 நூலில் காணப்படுகிறது.

நம் சிந்தனைக்கு

- தவறுகள், தவறிக் கூட தன்னை அண்டியவர்களைத் தலை நிமிர்ந்து வாழ வைப்பதில்லை.
- வாழ்த்தும் மனம் எப்போதும் அன்பினால் மட்டுமே வடிமைக்கப்படுகிறது.
- 'உள் தோற்றம், தான் உண்மையை விவரிக்கும்.
- தகுதிதான் ஒருவருக்கு பெயர் வாங்கித் தருவது.
- தனி ஒரு மனிதனுக்கு, அவனது முயற்சி ஒவ்வொன்றுமே ஒரு சாதனைதான்.
- பேதமுள்ள இடத்தில் அன்பிருக்காது. அன்பு இருக்குமிடத்தில் பேத மிருக்காது.
- அன்பு அதிகமாகும் போது உரிமை உயர்ந்து நிற்கிறது.
- அமைதியற்ற மனம்தான், ஆற்றல்களை தடைப் படுத்துகிறது.
- கண்டிப்பதும், தண்டிப்பதும் கூட நம்மைக் காப்பாற்றுவதற்காகத்தான். வருந்தாதே...

- ம. சாந்தாமணி,சேலம்.

முதல் உதவா தின அட்டை

1415 - ஆம் ஆண்டு இங்கிலாந்தின் "டியூக் ஆப் ஆர்லீன்ஸ்" என்ற மன்னர் பிரான்ஸ் நாட்டிலிருக்கும் தன் மனைவிக்குத்தானே, வாழ்த்து அட்டையைத் தயார் செய்து, அதில் ஒரு காதல் கவிதையை எழுதி அனுப்பினார். இதுதான் முதல் காதல் தின வாழ்த்து அட்டையாகும்.

இந்திய ஆண்மனிஷ் சாதனை

உலகிலேயே மிக அதிக அளவில் தங்க ஆபரணங்களை பயன்படுத்தும் ஆண்கள் என்ற பெருமையை இந்திய ஆண்கள் பெற்றுள்ளனர். 26 விழுக்காடு இந்திய ஆண்களிடம் ஏதாவது ஒரு தங்க ஆபரணம் இருக்கிறதாம்!

நெ.இராமன்,சென்னை-74

இந்தியாவின் முதல் இளைய பெண் மேயர் பஞ்ச மாருதி அனூராதா. முக்கிமலை நஞ்சன், நீலகிரி.

திரைத் துளிகள்...

“டிக் டிக் டிக்”

ஜெயம் ரவி நடிக்கும் “டிக் டிக் டிக்” படத்தை ‘நாய்கள் ஜாக்கிரதை’, ‘மிருதன்’ ஆகிய படங்களை இயக்கிய சக்தி செளந்தரர் ராஜன் இயக்குகிறார். ஜெயம் ரவி, சக்தி செளந்தர் ராஜன் இணையும் இரண்டாவது படமான, “டிக் டிக் டிக்” கிற்காக மிகுந்த பொருட்செலவில் பிரமாண்டமான அரங்கம் போடப்பட்டு இரண்டாம் கட்ட படப்பிடிப்பு 38 நாட்கள் தொடர்ந்து நடைபெற உள்ளது.



ஏ.ஆர்.ரகுமானின் “என் ஹார்ட்”

இசையில் புதுமைகளை வெளிக்கொண்டு வருவதில் வித்தகரான ஏ.ஆர்.ரகுமான் தற்போது மற்றொரு புதுமையையும் ரசிகர்களுக்கு அளித்துள்ளார்.

ஹாலிவுட்டில் மைக்கேல் ஜாக்சனின் இசைநிகழ்ச்சி “தி இஸ் இட்” என்ற பெயரில் இசைத் திரைப்படமாக வெளியானது போல் இந்தியாவில் முதன்முறையாக இசைப்புயல் ஏ.ஆர்.ரகுமான் அமெரிக்காவில் மேற்கொண்ட இசைசுற்றுப் பயணத்தை முதன்முறையாக உலகெங்கும் திரையரங்குகளில் திரையிடப்படவுள்ளது. ஓய். எம் மூவிகடன் இணைந்து கிரேப் வென்ச்சர்ஸ் தயாரித்துள்ள ‘என் ஹார்ட்’ இசைத் திரைப்படம் கனடா, டோரண்டோவில் உள்ள ஸ்காட்டியா வேஸ்க் திரையரங்கில் பிப்ரவரி 5-ஆம் நாள் திரையிடப்பட்டது.

அமெரிக்காவில் உள்ள 14 நகரங்களில் நடைபெற்ற ஏ.ஆர் ரகுமான் தலைமையிலான இசை சுற்றுப்பயணம், இசை நிகழ்ச்சி, இசை ஒத்திகை மற்றும் பிரத்யேக பேட்டிகள் ஆகியவை இடம் பெற்றுள்ளன. ஏ.ஆர்.ரகுமானின் திரையுலக பிரவேசம் 2-ஆம் ஆண்டில் அடியெடுத்து வைப்பதன் மூலமாக தனது ரசிகர்களுக்கு விருந்தளிக்கும் முயற்சிதான் “என் ஹார்ட்”, ஏப்ரலில் திரைக்கு வர இருக்கிறது.

மேலும் ஏ.ஆர்.ரகுமானின் 25ஆண்டு கால திரைப்பட வாழ்க்கையை கொண்டாடும் வகையில் பிப்ரவரி 4-ஆம் தேதி சோனி சென்டரில் நடைபெற்ற நிகழ்ச்சியில் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட 100 சிறந்த கலைஞர்கள் ரகுமானின் விருதுபெற்ற பாடல்கள், நடனம் மூலம் அவரது முன்னிலையில் அரங்கத்தில் வெளிப்படுத்தி அனைவரின் உள்ளங்களையும் கொள்ளை கொண்டனர்.

குறிப்பாக மேஸ்ட்ரோ கிரிஸ்டியன் அலெக்சாண்டரின் “கிண்டர்ட் ஸ்விரிட்ஸ் ஆர்கஸ்ட்ரா” குழுவினர், ரால்ப் பிரான்சிஸ் இசைக்குழு, “நீல் ஜெரால்ட் டொனால்ட்” குழுவினர் பழமையும், புதுமையும் கலந்து இடையிடையே உணர்ச்சி ததும்ப ஏ.ஆர்.ரகுமானின் பாடல்கள் புது வகையில் வழங்கினர்.

யார் இவன்

ஒரு காதல் கதை கலந்த மர்ம த்ரில்லர் திரைப்படம் ‘யார் இவன்’ சச்சின் கதாநாயகன கவும், ஈஷா குப்தா கதாநாயகியாகவும் நடிக்கும் இந்த திரைப்படத்தில் பிரபு, சதீஷ், வெண்ணெலா கிஷோர், கிஷோர் குமார் ஆகியோரும் நடித்திருக்கிறார்கள்.

எம்.ஜி.ஆர், சிவாஜி ஆகியோரின் வெற்றிப்படங்களை இயக்கிய இயக்குனர் பிரகாஷ் ராவ் அவர்களின் பேரன் இயக்குனர் சத்யா இயக்கும் முதல் தமிழ்ப்படம். ஏப்ரல் மாதம் திரைக்கு வர இருக்கும் இந்தப் படம் ஒரு சுவராசியமான படம். ரெய்னா ஜோஷி தயாரிப்பில், தமன் இசையமைத்து, பிளேந்திர மேனன் ஒளிப்பதிவில், கனல் கண்ணன் சண்டைக்காட்சி அமைத்திருக்கிறார்கள்.



வயிறு சிக்கென்று இருக்க...

எந்த வயது பெண் ஆனாலும் எல்லாருக்கும் இந்த வயிறு பெருத்து தொப்பையும், தொந்தியுமாக, குண்டாக இருந்தாலோ பிடிப்பதில்லை. 20 முதல் 60 வரை வயிறு தொங்கினாலே வாழ்க்கை ஒரு போராட்டம்தான். வெளியில் சொல்லமுடியாது. “என்னடி மறுபடியும் குழந்தையா?” என்று கேட்கிற அளவுக்கு சிலபேர் வயிறு மட்டும் பெருத்துக் காணப்படும். கணவன் மனைவிக்குள் ஒரு சிறு இடைவெளி. அலுவலகம் செல்லும் பெண்களுக்கோ சக வேலைகாரர்களின் கேலிப்பேச்சு. ஏன் இந்த நிலை? இது அதிக கொழுப்பு சம்பந்தப்பட்ட உணவை உட்கொள்வதாலும், பிறகு ஏதேனும் அறுவை சிகிச்சை, அல்லது அப்பண்டிக்ஸ் செப்டிக் ஆனதாலும் கர்ப்பை அறுவை

குடல்மாட்டிக்கொண்டாலோ ஒரே கவலைதான். குடல முறுக்கிக்கொண்டு வாந்தி, வயிறு உப்புசம், மலம் கழிக்க முடியாமல் வலி என அவசர அறுவை சிகிச்சையில் கொண்டு விட்டுவிடும். அதுமட்டுமல்ல ஒவ்வொரு முறையும் தும்மும் போதும், இருமும் போதும், முக்கும் போதும், பளு தூக்கும்போதும் இந்த ஹெர்னியா “நான் வளர்கிறேன் மம்மி” என பயமுறுத்தும். ஆகவே இதை வலி வருமுன் காப்பதே நல்லது.



மேலும் விவரங்களுக்கு
டாக்டர் **அனிஷா அசோக்**
121, வி.என். சட்டமேளாடு,
தி.நகர், சென்னை - 600017.
சூன்: 9841435713 /
044-28150651,4590



இந்த ஹெர்னியாவை சிறியதாக இருக்கும் போது அறுவை சிகிச்சை செய்வதால் பெரிய அளவில் பாதிப்புகள் இருக்காது. அத்துடன் ‘டம்மிடிக்’ என தொங்குகிற வயிறையும் சேர்த்து எடுத்து விடுவதால் வயிறு சிக்கென்று இருக்கும் வயிறு தொங்குவதால் ஏற்படும் பல அசௌகரியங்கள் மறைந்து முன்பு கேலி செய்தவர்கள் ஆச்சரியப்படும்படி இருக்கும்.

சிகிச்சைகளாலும் ஓய்வின்றி உழைத்து உழைத்து தையல் இளகி குடலிறக்கம் ஏற்படுவதால் வயிறு துருத்திக் கொண்டு குடல் வெளியில் தொங்கும் நிலைக்கு இன்சிஷனல் ஹெர்னியா என்பார்கள்.



இன்சிஷனல் ஹெர்னியா மட்டுமல்ல, தொப்புளிலும் பெரிய துளை போட்டு குடலிறக்கம் ஏற்படும். இன்சிஷனல் ஹெர்னியாவில் எந்த உறுப்பு மாட்டிக் கொண்டு இருக்கிறது

என்பதை முதலில் கண்டு பிடிக்க வேண்டும். கொழுப்பு மட்டும் ஆனால் அதிக ஆபத்தில்லை.



இந்த அறுவை சிகிச்சையில் தழும்பு அடிப்பாகத்தில் போடுவதால் வெளியில் தெரிய வாய்ப்பில்லை. மேலும் வாழ்நாளில் என்றைக்குமே மறு அறுவை சிகிச்சை இல்லாமல் இருக்கு மெஷ் என்னும் வலை வைப்பதால் திருப்பி ஹெர்னியா வர வாய்ப்பில்லை என்கிறார் டாக்டர் அனிஷா அசோக்.



முகம் வசீகரமாக என்ன செய்ய வேண்டும்?

ரோஜா, மல்லி பூக்களின் கீழ்க்களை நீரில், முதல்நாள் கிரவே ஊறவைக்கவும். மறுநாள் காலையில் அந்த நீரை எடுத்து முகம், கண்களில் தடவினால் பொலிவு தரும். கண் எரிச்சல் வராது. பளபளவென்ற சருமம் கிடைக்கும்.

தலையில் சொரியாசிஸ் பிரச்சினையா? வேப்பில்லை, கடுக்காய் தோலை நன்கு அரைத்து, அதில் அருகம்புல் சாறு கலந்து தலையில் தடவி அரைமணி நேரம் குளிக்கவும். தினமும் கீப்படி செய்தாலே போதும்.

நந்தியா வடடை புவை நல்லெண்ணெய் ஊற்றி நீழலில் காயவைத்து அதை கண்களில் ஊற்றி எடுத்தால் கண் எரிச்சல், நோய்கள் தீரும்.

- பிரபா, திருநெல்வேலி.



அழகுக் குறிப்புகள்



1 புதினா இலை, எலுமிச்சைசாறு கலந்து சுடுநீரை சேர்த்து வாரம் இருமுறை ஆவி

பிடித்தால் முகம் வசீகரமாகும்.



2 சிறிது கடலைமாவுடன் சிறிது எலுமிச்சை சாறு சேர்த்து ஒரு மேசைக்கரண்டி கஸ்தூரி மஞ்சள் இவற்றை

தயிருடன் சேர்த்து வாரத்திற்கு இருமுறை பூசி வருவதால் முகம் பொலிவாகும்.



3 தினமும் இரவு தாங்கச் செல்வதற்கு முன்பு, இளம் சுடுநீரில் சோப்பைப் பயன்படுத்தி முகத்தை நன்றாக கழுவுங்கள். இதன்மூலம் முகப்பரு வருவதைத் தடுக்கலாம்.

4 செம்பருத்தி இலையை அரைத்து பிழிந்தெடுத்த சாறால் தினமும் தலையைக் கழுவினால் கூந்தலுக்கு அழகும், அபர்த்தியும் கிடைக்கும்.

5 காலின் அடிப்பகுதியில் மருதாணி பூசினால் பாத வெடிப்பு தோன்றாது.

6 நாள்தோறும் ஒரு ஆப்பிள் பழம் சாப்பிட்டால், உடம்பை பளபளப்பாக

வைத்துக் கொள்ளலாம். தோலின் சுருக்கம் வராது. இளமைத் தோற்றம் தரும். 7 ஆரஞ்சு பழத் தோலை அரைத்து அதனுடன் சிறிது எலுமிச்சைசாறு, பால் கலந்து முகத்தில் பூசி வந்தால் கருமை நீங்கி பளபளப்பாகும்.



பா.கெளரி, வரக்கால்பட்டு.

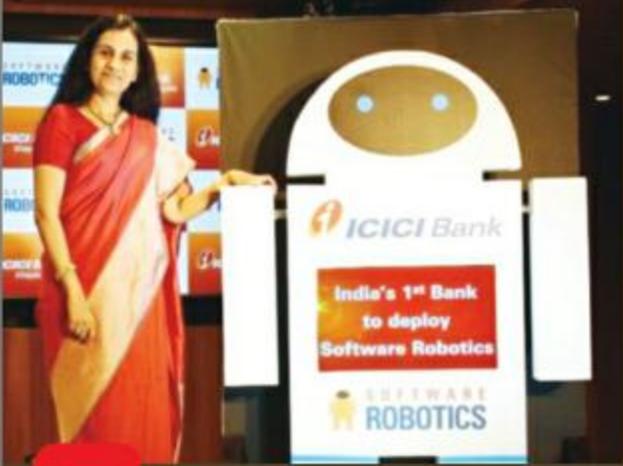
புரட்சிப் பெண்

சந்தா கொச்சார்

தி.சுவாமிநாதன்

பட்டப்படிப்பை முடித்து, நல்ல வேலையை பெற்று, நல்ல வாழ்க்கைத் துணையை அமைத்துக் கொள்வதே இன்று பெரும் போராட்டமாக உள்ளது. வசதியுள்ள நடுத்தர குடும்பத்தில் பிறந்த ஆண்களே நல்ல கல்வி, வேலை, குடும்பம் அமைத்துக் கொள்ள பெரிதும் தடுமாறும் நிலையில், எந்த பின்புலமும் இல்லாமல் இளம் வயதில் தந்தையை இழந்த பெண்ணாக இருந்த போதிலும் கல்வி, வேலை, குடும்ப வாழ்வில் உச்சத்தைத் தொட்டவர் சந்தா கொச்சார் என்றால் அது மிகையாகாது. சந்தா கொச்சார் ராஜஸ்தான் மாநிலத்தில் உள்ள ஜோத்பூரில் 1961இல் பிறந்தார். ஜெய்ப்பூரில் வளர்ந்தார். சந்தா கொச்சார் 13 வயது சிறுமியாக இருக்கும்போதே இவரது தந்தை திடீரென மாரடைப்பால் காலமானார். தந்தையை இழந்த குடும்பம் நிலைதடுமாறியது. முன்னறிவிப்பு இன்றி வரும் வாழ்க்கையின் சவால்கள் ஒரே நாளில் குடும்ப நிலையை தலைகீழாக புரட்டிப் போட்டு விடுகிறது.

அதுவரை, குடும்பத்தை மட்டும் கவனித்து வந்த சந்தா கொச்சாரின் தாயார், மூன்று பிள்ளைகளை வளர்க்கும் பொறுப்பை ஏற்றுக்கொண்டு அவர்கள் சொந்தக்காலில் நிற்கும் வரை தனியாளாய் வேலைக்கும்



வராக் கடன்களால் பெரிய வங்கிகள் கூட திணறிக்கொண்டு இருந்த நிலையில் ஆண்டுதோறும் பல்லாயிரக்கணக்கான கோடிகளை லாபமாக ஈட்டும் வகையில் ஐசிஐசிஐ வங்கியை திறம்பட வழிநடத்தினார்.

சந்தா கொச்சாருக்கு ஒரு சகோதரனும், ஒரு சகோதரியும் உண்டு. ஆண் பெண் பாகுபாடு இன்றி, குழந்தைகளை சமமாக நடத்தும் பாரம்பரியம் உள்ள குடும்பம். ஆதலால், கல்வி மற்றும் எதிர்கால திட்டமிடல் போன்றவற்றில் பாலின வேறுபாடோ, பாகுபாடோ இல்லை. பள்ளிக்கல்வியை ஜெய்ப்பூரில் முடித்த சந்தா கொச்சார், மும்பை சென்று ஜெய்கிந்த் கல்லூரியில் பட்டப்படிப்பை 1982இல் முடித்தார். பின்னர் செலவு கணக்கியல் மற்றும் நிர்வாகப்பிரிவில் முதுகலைப் பட்டம் பெற்றார். இரண்டிலுமே முதல் மாணவியாய் திகழ்ந்து தங்கப்பதக்கம் பெற்று தனது சாதனைப் பயணத்தைத் தொடங்கினார்.

1984இல் ஐசிஐசிஐ வங்கியின் நிர்வாகப் பயிற்சியாளராக பணியில் சேர்ந்தார். ஆரம்ப கட்டங்களில் டெக்ஸ்டைல்ஸ், சிமெண்ட், பேப்பர் தொழிற்சாலைகளின் கடன் திட்டங்களை மதிப்பீடு செய்யும் பணியை துடிப்புடன் செய்தார். மும்பையில் தன்னுடன் பயின்ற சக மாணவரான தீபக் கொச்சார் என்பவரை திருமணம் செய்து கொண்டார். ஐசிஐசிஐ வங்கியை நிலைநாட்டுவதில், வளர்ப்பதில் முக்கியக் கருவியாக திகழத் தொடங்கினார். 1993இல் வங்கியை நிர்வகிக்கும் மைய உறுப்பினர்களில் ஒருவரானார். கடின உழைப்பினால், திறமையால் 1994இல் உதவிப் பொது மேலாளராக பதவி உயர்வு பெற்றார். 1996இல் துணைப் பொது மேலாளர் ஆனார்.

சக்தி, தொலைத்தொடர்பு, போக்குவரத்து உள்ளிட்ட கட்டமைப்பு தொழில்களில் சிறப்பு அனுபவமும், தொழில்நுட்ப அறிவு கொண்ட குழு 1996இல் உருவாக்கப்பட்ட போது அதற்கு தலைமை வகித்தார். 1998இல் பொது மேலாளராக பதவி உயர்வு பெற்றார். ஐசிஐசிஐ வங்கியின் மிக முக்கிய 200 வாடிக்கையாளர்கள் குழுவுக்கு இவரது தலைமையில் நல்லுறவுகள் மேம்பட்டது. மின்வார்த்தகப் பிரிவிற்கு 1999 இல் தலைமையேற்றார். இவரது தலைமையில் சிறு வணிகக் கடன்களுக்கு அதிமுக்கியத்துவம் அளிக்கப்பட்டது. 2009 இல் ஐசிஐசிஐ வங்கியின் நிர்வாக இயக்குநர் (எம்டி- சிஇஓ) பொறுப்பை ஏற்றார். ஐசிஐசிஐ வங்கிக்கு சர்வதேச அளவில்



கிளைகள் உண்டு. சந்தா கொச்சாரின் தலைமையில் ஐசிஐசிஐ வங்கி சிறந்த 'சிறுவணிக கடன் வழங்கும்' வங்கியாக செயல்பட்டதற்கு 2001, 2003, 2004 மற்றும் 2005ஆம் ஆண்டுகளில் விருது கிடைத்தது. மிகச் சிறந்த, மேம்பட்ட, முதல் தரமான இவரது செயல்பாட்டிற்கு 2002இல் ஆசிய வங்கியாளர்கள் விருது வழங்கி கௌரவப்படுத்தினர்.

வராக் கடன்களால் பெரிய வங்கிகள் கூட திணறிக்கொண்டு இருந்த நிலையில் ஆண்டுதோறும் பல்லாயிரக்கணக்கான கோடிகளை லாபமாக ஈட்டும் வகையில் ஐசிஐசிஐ வங்கியை திறம்பட வழிநடத்தினார். அதிக பணி நேரம் துரித செயல்பாடு நடைமுறைப்படுத்தப்பட்டது. 8 மணி நேரத்தில் வீட்டுக்கடன் மற்றும் அடமானக் கடன் வழங்கப்படும் நடைமுறையைக் கொண்டு வந்தார். இணையத்திலேயே அனுமதி வழங்கும் நடைமுறை ஏற்படுத்தப்பட்டது. நடமாடும் வங்கித்திட்டம் செயல்படத் தொடங்கியது. 2016 இல்

துளிகள்

பத்திரிகை, இலக்கியம் மற்றும் இசை ஆகிய துறைகளுக்காக வழங்கப்படும் விருது “புலிட்சர்”.

வெள்ளையனின் கல்லறை என்றழைக்கப்படுவது ‘கிளி’ கடற்கரை.

‘பீவர்’ என்ற விலங்கு தன் பற்களாலேயே மரத்தை முறிக்க வல்லது.

இரத்தத்தால் எழுதப்பட்ட மதநூல் “லங்காவீரன் சூத்ரா” ஆகும்.

முதன்முதலாகக் கண்டுபிடிக்கப்பட்ட செயற்கை இழை “நைலான்”.

பட்சி தீர்த்தம் என்ற அழைக்கப்படும் இடம் “திருக்கழுக்குன்றம்”.

உலகின் மிகச்சிறிய குடியரசு நாடு “நவூரு”.

- முக்கிமலை நஞ்சன், நீலகிரி.

ஐந்தில் ஒரு பங்கு வகிக்கும் சில்லறை வாடிக்கையாளர்களின் பணப்பரிமாற்றம் மட்டுமே 12 மில்லியன் டாலர்களை தொட்டது உலக சாதனையாகும். பெண் பணியாளர்களின் சிரமங்களை உணர்ந்த சந்தா கொச்சார் தனது வங்கியில் பணிபுரியும் பெண்கள் ஒரு ஆண்டு காலத்திற்கு வீட்டில் இருந்தபடியே அலுவலகப்பணியை மேற்கொள்வதற்கு வாய்ப்பளித்தார்.

பணி நிமித்தமாக வெளியூர் செல்லும் பெண் வங்கி அதிகாரிகள் மூன்று வயது வரையுள்ள தனது குழந்தைகளையும் உடன் அழைத்துச் செல்ல அனுமதி அளித்ததுடன், அவர்களை பராமரிப்பதற்கு பெண் பணியாளர்களும் வங்கி செலவில் நியமிக்கப்பட்டனர். சில்லறை வணிக வர்த்தகத்தில் இவர் ஆற்றிய பங்கு இவருக்கு மிகப்பெரிய அங்கீகாரத்தை அளித்தது. ஐசிஐசிஐ வங்கிதான் நம் நாட்டில் முதன்முதலாக ஏடிஎம் வசதியை 2000ஆம் ஆண்டில் தனது வாடிக்கையாளருக்கு அமைத்துக் கொடுத்தது. பொருளாதார ரீதியாக பின்தங்கியுள்ள லட்சக்கணக்கான இளைஞர்களுக்கு ஒவ்வொரு ஆண்டும் தொழில் சார்ந்த பயிற்சி வழங்கும் திட்டத்தை நடைமுறைப்படுத்தினார். ஆணாதிக்கம் மிகுந்த வங்கித் தொழிலின் கருவறையில் தனக்கென ஒரு இடத்தைப் பெற்றார். இது எளிதான காரியம் இல்லை. முப்பது ஆண்டு கால அனுபவம் வலிமையைத் தந்தது. தமது வங்கி முதலாவதாக இருக்க வேண்டும், மேலும் வளர வேண்டும் என்பதே இவரது இலக்கு. சந்தா கொச்சாரின் தலைமையில் ஐசிஐசிஐ வங்கி சில்லறை வணிகத்தில் அதிக முக்கியத்துவம் தரப்பட்டது. அடுத்த ஐந்து ஆண்டுகளில் இந்தியாவில் சிறு வணிகக் கடன்களில் முதலிடம் பெற்றது குறிப்பிடத்தக்கது.

ஒட்டு மொத்த வியாபார உலகத்தின் பார்வையையும் தன் மீது அழுத்தமாக திருப்பியது இவரது செயல்பாடுகள். உலகில் அதிக சம்பளம் வாங்கும் பெண் நிர்வாக இயக்குநர்களில் ஒருவராக உள்ளார். இவரது கூடுதல் தொகை, ஊக்கத்தொகை மற்றும் அடிப்படை சம்பளம் பல கோடிகளைத் தாண்டுகிறது. இவையெல்லாம் ஒரே நாளில் கிடைத்தவை அல்ல.

இந்திய தனியார் வங்கிகளில் முதலாம் இடத்திலும், இன்றைக்கு இந்தியாவிலிருக்கும் ஒட்டு மொத்த வங்கிகளில் இரண்டாம் இடத்திலும் இவரது வங்கி உள்ளது. இந்தப் பெருமைக்கு முழுக்காரணமே சந்தா கொச்சார்தான். பெரிய பொறுப்பு, பெரிய சாதனை. இது தவிர சர்வதேச அளவில் நிதி தொடர்பான பல முக்கிய அமைப்புகளில் முக்கிய பொறுப்புகளை

வகிக்கிறார். 2014இல் கனடா நாட்டு பல்கலைக்கழகம் கௌரவ டாக்டர் பட்டம் வழங்கி சிறப்பித்துள்ளது.

2011இல் இந்தியாவின் உயர் குடிமகன்களுக்கு வழங்கப்படும் விருதான பத்மபூஷன் இவருக்கு மத்திய அரசு வழங்கியது. ஃபார்ச்ஜூன் பத்திரிகை வெளியிட்டுள்ள உலகின் மிகவும் சக்தி வாய்ந்த 50 பெண் தொழில் அதிபர்கள் பட்டியலில் சந்தா கொச்சார் 5ஆவது இடத்தைப் பெற்றுள்ளார் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது. உலகளவில் மிகுந்த செல்வாக்கு பெற்ற நூறு பேர் கொண்ட பட்டியல் தயாரித்த ‘டைம்’ பத்திரிகையில் இவரது பெயர் இடம் பெற்றுள்ளது. ஆசியாவில் மிகுந்த சக்தி வாய்ந்த பெண்மணி என போர்ப்ஸ் பத்திரிகை அறிவித்துள்ளது.

பேரார்வம், லட்சியம், பணிவு, நேர்மை, கடின உழைப்பு இருந்தால் எந்தப் பெண்ணும் சந்தா கொச்சார் போல வாழ்வில் உயரலாம். சவால்கள்தான் நம்மை தலை நிமிர் வைக்கும் என்பதை தாரக மந்திரமாக கொண்டவர் சந்தா கொச்சார். இந்திய பிரதமர், நிதிமந்திரி, அமெரிக்க ஜனாதிபதி போன்ற உயர்பதவி வகிப்பவர்கள் சர்வதேச தொழில் அதிபர்களை அலுவல் தொடர்பாக கூட்டங்களில் சந்திக்கிறார். இவரது ஆலோசனைகளை செவி மடுக்கிறார்கள். நமது எழுச்சியும், தேய்வும் நம் மனதில் எழும் சிந்தனையைப் பொறுத்தே உண்டாகிறது. பணிபுரியும் தாய்மார்களுக்கு ஒரு முன்மாதிரியாக உள்ளார் சந்தா கொச்சார். வங்கிப்பணி முழு நேரப்பணியாக இருந்த போதிலும், நல்ல மனைவியாக, சிறந்த தாயாக, மருமகளாகவும் திகழ்கிறார். இளம் வயதில் பொறுப்புள்ள சிறந்த மகளாகவும், மாணவியாகவும் இருந்தவர் அல்லவா.

இவரது வாழ்க்கை உணர்த்தும் பாடம்: வாழ்வில் எவ்வளவு கடினமான சூழல் இருந்தாலும் சமாளித்து முன்னேறிச் செல்லும் திறன் ஒவ்வொருவருக்கும் அவசியம் தேவை. தளராத கடினமான ஊக்கமுள்ள உழைப்பு நமது வாழ்க்கையில் முக்கியப் பங்கு வகிக்கிறது. நமது விதியை நாம்தான் எழுதுகிறோம். 2008இல் உலகளவில் மிகப்பெரிய பொருளாதார வீழ்ச்சியை உலகம் சந்தித்தது. ஐசிஐசிஐ வாடிக்கையாளர்கள் தங்களது சேமிப்பை இழந்து விடுவோமோ என அஞ்சினர். சந்தா கொச்சார் வாடிக்கையாளர்களை இன்முகத்துடன் வரவேற்று வங்கி திடமான நிலையில் உள்ளது என்பதை தெளிவுபடுத்துமாறு தனது ஊழியர்களுக்கு அறிவுறுத்தினார்.

இவரது கணவரின் ஒத்துழைப்பு இவரது வளர்ச்சிக்கு மிக முக்கியக் காரணமாகும். இவ்வளவு பரபரப்பான பணிச் சுமையிலும் இவரது மகனின் விளையாட்டு (squash tournament) நிகழ்ச்சியை பார்க்கத் தவறவில்லை. இவரது மகனின் பள்ளி இறுதித் தேர்வின் போது அலுவலகத்துக்கு விடுப்பு எடுத்துக் கொண்டு தனது மகனை பள்ளி தேர்வு அறை வரை அழைத்துச் சென்று உற்சாகப்படுத்தி வாழ்த்தி அனுப்பி வைத்துள்ளார்.

பல லட்சக்கணக்கான தாய்மார்கள் தமது பிள்ளைகளை பிரிந்து பணி நிமித்தமாக செல்லும் நிலை இன்று உள்ளது. அவர்களுக்கு சந்தா கொச்சார் ஒரு வழிகாட்டி. அம்பாணி, ஓபாமா போன்ற விஜயிக்களை சர்வ சாதாரணமாக சந்திக்கிறார். பணியில் நூறு விழுக்காடு அர்ப்பணிப்புதான் காரணம். சிறிய மற்றும் பெரிய வாடிக்கையாளர்களை சமமாக நடத்தி ஒருங்கிணைத்து சென்றதுதான் இவரது அபார சாதனை. இவரால் சாதிக்கமுடியாதது எது என்பதை கண்டறிவதுதான் கடினமானது. 56 வயதிலும் அயராது உழைக்கிறார்.

நமது குடும்ப பணிகளில் பாதி ஆண்கள் வசமும், தொழில் சார்ந்த பணிகள் பாதி பெண்கள் வசமும் வரும் நாளில் பெண்களும், குடும்பமும் மகிழ்வுடன் இருப்பதுடன் மிகப்பெரிய வணிக வெற்றியும் உயர்ந்த வாழ்க்கைத்தரமும் அனைத்து இந்தியர்களுக்கும் சாத்தியமாகும் என்பதில் சந்தேகமில்லை.



காலம் கடந்த கர்ப்பமரகவனம் தேவை?

கால தாமதமாக திருமணம் செய்து கொண்ட பெண் கர்ப்பமடையும் பெண்களுக்கு மூளைவளர்ச்சி குன்றிய குழந்தையோ (அ) உடல் உணமுற்ற குழந்தையோ பிறக்க வாய்ப்புள்ளது. கால தாமத கர்ப்பத்தால் பிறக்கும் குழந்தைகளில் 750 குழந்தைகள் "டவுன் சிண்ட்ரோம்" எனச் சொல்லப்படும். மரபணு கோளாறுடன் பிறக்கிறது. வயதாதி திருமணம் செய்யும் பெண்களுக்கு இனப்பெருக்க செல்களின் அமைப்பின் மாற்றம் உண்டாவதே இதற்கு காரணமாகும். எனவே காலம் கடந்து கர்ப்பமடையும் பெண்கள் தாங்கள் கர்ப்பமான 12-ஆவது வாரம் ரத்தப் பரிசோதனை செய்து பார்த்தால், கருவில் உள்ள குழந்தைக்கு டவுன் சிண்ட்ரோம் இருக்கிறதா எனத் தெரிந்து கொள்ளலாம்.



கருஞ்சீரகம் ஒரு கருவூலம்

சீரகத்தில் மொத்தம் நான்கு வகைகள் உள்ளன. இதில் கருஞ்சீரகம் மாபெரும் மருத்துவ குணம் கொண்டவை. இதில் எண்ணெய்சத்து, தாதுப்பொருள் உயிர்ச்சத்து அடங்கியுள்ளன. கருஞ்சீரகம் பற்றிய மருத்துவ ஆய்வுகள் மூலம் இது கர்ப்பப் பையை சுத்தப் படுத்துமென்றும், புற்றுநோய் செல்களை அழிக்குமென்றும், சர்க்கரையை கட்டுப்படுத்துமென்றும், கொலஸ்ட்ரால் குறைக்குமென்றும், முடிவளர உதவுமென்றும் தெரிய வந்துள்ளது.

கருஞ்சீரகத்தை வெந்நீர் விட்டு அரைத்து தலைவலி, மூட்டுவலிக்கு பூசலாம். இது தவிர, நோய்களுக்கும், இதை எண்ணெயாகவே பயன்படுத்தப்படுகிறது. எண்ணெய் விலை மிகவும் கூடுதலாகும். ஏனெனில் 10டன் கருஞ்சீரக விதையிலிருந்து ஒரு டன் எண்ணெய்தான் கிடைக்கும். இந்த எண்ணெய்யை நோய்த்தடுப்புக்கும் பயன்படுத்தலாம். இந்த மருந்தை மருத்துவரின் ஆலோசனை பெற்றே பயன்படுத்த வேண்டும். ஏனெனில் ஒவ்வொரு முதுமை அடைந்தவர்களும், மருத்துவ ஆலோசனை மிகவும் முக்கியம். உதாரணமாக கண் நோய் உள்ளவர்கள் கேரட் சாறில் இந்த எண்ணெய்யை கலந்து சாப்பிட வேண்டும். பெரும்பாலான நோய்க்கு இந்த எண்ணெய் அரைகரண்டி, இரண்டு வேளை சாப்பிட்டால் போதுமானது. - ப.தெய்வானை பரமசிவம், களக்காடு.

பயனுள்ள துளிகள்.



கர்ப்பிணிப்பெண்கள் கெநல்விக்காய், முருங்கைக்காய், முள்ளங்கி ஆகியவற்றை உணவில் அதிகம் சேர்த்து கொண்டால், கால் வீக்கம் வராமல் பார்த்து கொள்ள முடியும்.

அருகம்புல் சாற்றை அடிக்கடி பருகிவந்தால் நரம்புத் தளர்ச்சி நீங்கும். வயிற்றுப்புண், குடல் புண்

குணமாகும்.

அடிக்கடி பசலைக் கீரை சமைத்து சாப்பிடுவதால் உடல் பருமன், தொப்பைக் குறையும்.

பித்தக் கோளாறுகள் உள்ள உடம்புடையவர்கள் தினமும் திராட்சைப்பழங்களை சாப்பிட்டு வந்தால், கால் எரிச்சல், தலைச்சுற்றல் ஆகியவை அகலும்.



பாதாம் பருப்பை நீரில் அரைத்து உணவுக்கு முன், இரண்டு அல்லது மூன்று பருப்புகளை சாப்பிட்டு வந்தால், நெஞ்சு எரிச்சல் கட்டுப்படும்.



தினமும் அதிகாலையில் ஒரு தேக்கரண்டி நெல்லிக்காய் பவுடரை தேனில் குழைத்து சாப்பிட்டு வர தீராத மலச்சிக்கல் சரியாகும்.



பெற்றோருக்கு பெருமை தேடித் தருவேன்...

நடிகர் சாந்தனு, இன்றைய இளம் கதாநாயகர்களில் ஒருவர். அதோடு திரைத்துறை தம்பதிகளான பூர்ணிமா-பாக்யராஜ் தம்பதியின் செல்ல மகன். இயக்குநர் பாக்யராஜ் நடிக்ந்து இயக்கிய 'வேட்டிய மடிச்சு கட்டு' திரைப்படத்தில் குழந்தை நட்சத்திரமாக அறிமுகமான சோனு தான் சாந்தனு.

சாந்தனு இப்போது புது பரிமாணத்தில் காட்சியளிக்கிறார். அதற்கு காரணம் "முப்பரிமாணம்" திரைப்படம்.

"தங்க மங்கைக்காக" முப்பரிமாணம் படத்தைப்பற்றி சில வார்த்தைகள் பேசினார் நடிகர்

சாந்தனு. முதலில், 'முப்பரிமாணம்' பற்றி சொல்லிடறேன். என்னுடைய திரைப்பயணத்தில் ஒரு முக்கியமான படம். என்னைப் பொறுத்தவரை இந்த திரைப்படம் தான் முதல் படம்னு நினைச்சு நடிக் இருக்கேன்.

அதுக்கு முக்கிய காரணம். என் அப்பா, இயக்குநர் பாக்யராஜ் அவர்கள். நான் நடிக்ந்து எத்தனையோ படங்கள் வெளிவந்திருந்தாலும், இந்த படத்தை பார்த்த போது தான், நீ நல்லா, நடிக்ச்சிருக்கேன்னு சொன்னார். படத்தின் இயக்குநர் அதிருபாயையும் வெகுவாகப் பாரட்டினார்.



‘முப்பரிமாணம்’ ஒரு இளைஞனின் வாழ்வில் பள்ளி நாட்களில், கல்லூரி நாட்களில், மற்றும் திருமண வாழ்வில் ஏற்படும் நிகழ்வுகள் முதன்மை படுத்துதல்கள், மேலும், காதலிப்பவர்கள் ஒடிப்போவது அதனால், பெற்றோர்கள் படும் அவதி என்பது இல்லாமல், வித்தியாசமாக, காதல் சொல்லும் கதைக்கருவை கொண்ட திகில் படமாக இருந்தாலும், இந்த படத்தில் பள்ளி நாட்கள் காட்சிகளில் நடிக்கும் போது, சாக்லேட் பாயாகவும் நடித்திருக்கிறேன். பின்னர், கல்லூரி மாணவனுக்கான தோற்றத்தின் போது அதற்கேற்றாற் போலும், மூன்றாவது பரிமாணத்தின் போது உடல் இளைத்து மொட்டை அடித்து என மூன்றுவித தோற்றங்களில் நடித்திருக்கிறேன்.

அவர் பேச்சை இடைமறித்து உங்கள் பெற்றோர் பற்றியும், திரைக்கதைக்கு முன்மாதிரி கொடுத்தவர் உங்கள் தந்தை என்பது குறித்து என்ன நினைக்கிறீர்கள் என்று கேட்டோம். மேலும், திகில் படம் என்றீர்கள், உங்கள் தந்தையார் திகில் படம் ஏதும் இயக்கவில்லையே என்று சொன்னதும்..

ஏன் இல்லை? ‘விடியும் வரை காத்திரு’ என்ற படம் திகில் படம்தான். என் அப்பாவும் திகில் படம் இயக்கியவர்தான். என்று சொல்லும் போது என் அப்பா மாதிரி நான்” என்று சொல்லுவது போல் நான் சாந்தனுவா கத்தான் நடிக்கிறேன். இயக்குநர் பாக்யராஜ் மகன் என்கிற பெயரோடு இல்லை.

எனக்கென தனித்துவத்துவத்தோடு இருக்கவே விரும்புகிறேன். என் பெற்றோர் திரைத் துறையை சேர்ந்தவர்களாக இருந்தாலும், நான் அதை

தலைகீழாக தண்டால் எடுத்தால் கண்கள் சிவந்து முகம் கிறுக்கமாகும் என்றார். ஒவ்வொரு காட்சிக்கு போகும்போதும் தலை கீழாக தண்டால் பயிற்சி செய்துவிட்டு போனேன்.

பயன்படுத்திக் கொள்ள விரும்பவில்லை.

எனக்கென தனித்துவம் வேண்டும், என எண்ணுகிறேன்.

“முப்பரிமாணத்தின் கதை நாயகி பற்றி..

இந்த படத்தின் கதாநாயகி ‘‘ சிருஷ்டி டாங்கே ’’, திறமையானவர். எனக்கு சரி நிகரான கதாபாத்திரம் அதே போல் அவரும் எனக்கு இணையாக படத்தில் நடித்திருக்கிறார். திரைப்படத்தை பார்த்தால் தெரியும்.

என்னுடைய குடும்ப பின்னணி, பழைய கதாநாயக பாணி ஆகியவைகளை இறக்கி

துளிகள்

ஒரு கிலோ எடையுள்ள தேனை சேகரிக்க தேனீக்கள் 6.68 லட்சம் பூக்களைச் சந்திக்க வேண்டி உள்ளது.

வாழைப் பழத்தை விட மாம்பழத்தில் இரும்புச்சத்து அதிகம்.



வைத்து விட்டு இயக்குநர் தோற்றத்திலும், கதாபாத்திரத்திலும், முழுமையாக மாற்றியபடி சிரத்தையுடன் நடித்திருக்கிறேன்.எடுத்துக் காட்டாக, சொல்லவேண்டுமானால் ஜிம்முக்கு போக உடல் எடையை குறைத்துக் கொண்டேன்.மொட்டை அடித்தேன்.முகம் இறுக்கமாகவும்,கண்கள் சிவப்பாகவும் இருக்க வேண்டும் என்று இயக்குனர் அதிருபுள் கூறினார்.

சண்டைப் பயிற்சி இயக்குனர் கோட்டியிடம் யோசனை கேட்டேன்.அதற்கு அவர் தண்டால் எடுப்பீர்களா? என்று கேட்டார்.செய்வேன் என்றேன். தலைகீழாக தண்டால் எடுத்தால் கண்கள் சிவந்து முகம் இறுக்கமாகும் என்றார். ஒவ்வொரு காட்சிக்கு போகும்போதும் தலைகீழாக தண்டால் பயிற்சி செய்துவிட்டு போனேன்.படம் நன்றாக வந்திருக்கிறது.இதை பத்திரிகையாளர்கள் தான் பார்வையாளர்களிடம் கொண்டு செல்ல வேண்டும்.மக்கள் படத்தை கண்டிப்பாக பார்க்க வேண்டும் என்று கூறினார் நடிகர் சாந்தனு.

“பெற்றோரை சார்ந்தே வாழ வேண்டும் என நினைக்கும் இளைஞர் பட்டாளத்திற்கு மத்தியில் என் பெற்றோருக்கு நடிகர் சாந்தனுவாக பெருமை தேடித் தருவேன், என்ற போது இருந்த மிடுக்கும்.இளமைத்துள்ளலோடு இருப்பது போல் காண்பித்துக் கொள்ளும் போது, நான் இளைஞன்தான் ஆனால் என் நடிப்புத்திறமை மேல் முழு நம்பிக்கையும், பொறுப்பும் உள்ளவன் என்று கூறி நிறைவு செய்தார்.

சாந்தனுவுக்கும், சிருஷ்டி டாங்கேவுக்கும் வாழ்த்து கூறி விடைபெற்றோம்.

—கண்ணகி.



அதிகாலை நேரம் பக்கத்து வீட்டு கோழிச் சத்தத்தில் கண் விழித்தான் நந்தா. நந்தா ஒரு வேலையில்லா பட்டதாரி. பட்டம் வாங்கிய கையோடு பல நிறுவனங்களில் வேலை தேடி தேடி வாழ்க்கையை வெறுப்பு தட்டியிருந்தான்.

படியேறிய நிறுவனங்களில் வேலை கிடைக்காமல் திரும்பி வந்து கொண்டு இருந்தான். ஆனால் என்றாவது ஒரு நாள் வேலை கிடைக்கும் என்கிற நம்பிக்கையில் மட்டும் மனம் தளராமல் இருந்தான்.

ஒரு தனியார் நிறுவனத்தின் விளம்பரத்தைப் பார்த்து மனதில் மகிழ்ச்சி பொங்கியது நந்தாவிற்கு. அங்கு போவதற்காகத்தான் அதிகாலையில் கண் விழித்தான் நந்தா.

நந்தா... பொறுப்பிட்டாச்சா...? சமையல் அறையில் இருந்து அக்காவின் குரல்கேட்டது. "ஆமாக்கா, உணவு தயாராச்சா" "எல்லாம் தயாராச்சு அப்பா வந்தா சரி அப்பாவோடு சேர்ந்து சாப்பிட்டான். "நந்தா... இன்னிக்காவது வேலை கிடைக்குமாப்பா" "நம்ம ஊர் தலைவர்கிட்ட கேட்டா என்ன?" அவரோடு பரிந்துரை இருந்தா வேலை கிடைக்குமே! அப்பாவின் யோசனை நந்தாவுக்கு ஒரு சின்ன மகிழ்ச்சியைத் தந்தது. ஆகட்டுங்கப்பா அப்படியும் முயற்சி செய்து பார்க்கலாம்.

மேலே ஆண்டவன் வழி என்னவோ அப்ப ஒன்று செய் இப்பவே போய் தலைவரை பார் உப்புமாவுக்கு குருமா ஊற்றியவாரே கூறினான் அக்கா. அவசரமாக சாப்பிட்டு விட்டு தலைவர் வீட்டுக்கு புறப்பட்டான் நந்தா. தலைவர் வீடு முன் பூச்செடிகள் அலங்காரமாக தெரிந்தன.

பயந்தபடியே உள்ளே சென்றான் நந்தா. யார் வேணும்? நந்தாவைப் பார்த்துக் கேட்டபடியே வந்தார் ஒரு வேலைக்காரர். "தலைவரைப் பார்க்கணும்." அப்படியா? கொஞ்ச நேரமாகும் இப்பத்தான் குளிக்கப்போயிருக்கார். "சரிங்கய்யா" அருகில் தெரிந்த இருக்கையில் அமர்ந்துகொண்டான்.

கொஞ்ச நேரத்தில் அங்கு வந்த தலைவரைப் பார்த்ததும் ஐயா வணக்கமுங்க. "வா தம்பி என்ன வேணும். . . . இம் தயங்காம

சொல்லு தம்பி." "ஐயா" என்று தன்னுடைய நிலைமையை ஒன்று விடாமல் கூறினான் நந்தா. அவர் சொல்வதைக் கேட்டபிறகு சான்றிதழ்களை விடாமல் பார்த்தார். "தம்பி நான் உனக்கு என்ன செய்யணும்?" "இது ஒரு தனியார் நிறுவனம் உங்களோட பரிந்துரை இருந்தா கண்டிப்பாக அந்த வேலை எனக்குக் கிடைக்கும்முங்க அய்யா. . . ஒ! அப்படியா? என்று கேட்ட தலைவர் கொஞ்ச



நேரம் யோசித்துவிட்டு நேரில் வந்து பரிந்துரைப்பதாகக் கூறினார். நந்தாவுக்கு மகிழ்ச்சி எப்படையும் இந்த வேலை கிடைத்துவிடும் என்கிற நம்பிக்கையில் வீடு வந்தான். மறுநாள் காலை பத்து மணி, அந்த தனியார் நிறுவனத்தில் மற்ற பட்டதாரிகளோடு ஒருவனாய் நந்தாவும் அமர்ந்து இருந்தான், தலைவர் வருவதாக சொன்னாரே. . . வருவாரா? வாசலை எட்டி எட்டிப் பார்த்து கொண்டு இருந்தான்.

ஆனால், தலைவர் வரவே இல்லை. தன் பெயர் அழைக்கப்பட்டதும் அவசரமாக எழுந்தான் நந்தா. மணி அடித்ததும் உள்ளே சென்றான். வணக்கம் கூறி அனுமதி கிடைத்ததும் உட்கார்ந்தான். அனைத்து சான்றிதழ்களையும் புரட்டிப் பார்த்த மேலாளர், "சிபாரிசு ஏதாவது இருக்கா? என்று கேட்டார், எச்சில் விழுங்கினான் நந்தா.

"நந்தா பின்னாடி ஏதாவது ஒரு பிரச்சனை அதுக்கு ஆதாரமா வேணும்மல்ல! "மன்னிச்சிடுங்க. மேலாளரின் கேள்விக்கு பதில் சொல்ல முடியாமல் விழித்தான் நந்தா. நந்தா நீங்க போகலாம்.

எங்க குடும்பம். . . "நந்தா இது அலுவலகம், மடமல்ல. "ஐயா". . . வேலை எப்படியாவது. . . ! "மன்னிச்சிடுங்க நந்தா. நான்

சுய முயற்சி!

போலாம்முன்னு சொல்லி ரெண்டு நிமிசம் ஆகப்போவது. "மேலாளர் சற்று கோபப்படுவதை உணர்ந்த நந்தா சோகமாக வெளியே வந்தான்." என்னை மன்னிச்சிடுங்க" "ம் பரவாயில்ல போயிட்டு வாங்க" தன் அழகான கருள் முடியை வலது கையால் தேய்த்தபடியே வெளியே வந்தான்.

"ச்சே, என்ன தலைவர்? வாரேன்னு சொன்னவர் வரலியே... ஓட்டு கேட்டும் போது மட்டும் வாசலைத் தேடி வாரானாக". பரிந்துரைக்கு வராமல் இருந்த தலைவரை மனதில் திட்டியபடியே வந்தான். அதுபோல் வாழாவெட்டியான அக்காவையும், வயதான அப்பாவையும் எண்ணிக் கண்கலங்கினான்.

ஒரு வாரத்திற்கு பின் "தபால்" தபால்காரரின் குரல் கேட்டதும் ஓடிப்போய் கடித்ததை வாங்கினான் நந்தா. சற்றும் எதிர்பாராதவிதமாக அந்த தனியார் நிறுவனத்தில் வேலை கிடைத்திருந்திருந்தது. நந்தாவிற்கு மனதில் மகிழ்ச்சி பொங்க, தலைவர் வீட்டுக்கு ஓடினான் நந்தா.

"என்ன தம்பி என்னைக்கு வேலைக்கு சேரப் போறே? "ஐயா வணக்கம்ங்க வார 3-ம் தேதி வேலையில் சேரணுமுங்க." "நீங்க சிபாரிசுக்கு ஏன் நேரில் வரவில்லை என தெரிஞ்சுக்கலாமுங்களா" "தம்பி உனக்கு மட்டும் சிபாரிசுக்கு வந்தா உன்னைப் போல் மத்த பட்டதாரிகளுக்கு மனசு புண்படும். அதே நேரத்தில் வாழ்க்கைங்கறது மரம் மாதிரி, மழை பெய்தாலும் தாங்கணும், வெயில் அடித்தாலும் தாங்கணும்.

இன்னைக்கு உனக்கு சிபாரிசுக்கு நான் வந்தா நாளைக்கு உனக்கு ஒரு பிரச்சனை நீ யாருகிட்ட போவ? நீ உன் சொந்தக் காலில் நின்று பழக வேண்டாமா? எப்பவும் தன்னுடைய வாழ்க்கைக்கு தன் சொந்த முயற்சியும், உழைப்பும் தான் வேணும். சரிதம்பி, உங்ககிட்ட கொடுத்த பொறுப்பை நல்ல முறையாச் செய்யுங்க வாழ்த்துகள் என்ற தலைவரை நன்றியோடு கரம் கூப்பி விடைபெற்றான் நந்தா. ●

நறுக்குக் கவிதைகள்

உன்ரு஑ை
 கண்ணீர்த் துளிகள்
 கன்னங்களை
 வேண்டுமானாலும்
 நனைக்கலாம்!
 ஆனால்
 கவலைகளை எப்போழுதும்
 துடைப்பதில்லை!

- முத்துஆனந்த், வேலூர்.

உன் பிரிவரல்
 தாலாட்டுகிறது மனம்!
 தடுமாறுகிறது
 வாழ்க்கை மேடை!
 எல்லாம்
 உன் பிரிவால்!

- செல்வகுமார், பெருங்கரை



மரூசு
 அழுக்கேறிகிடக்கு...
 சலவைத் தொழிலாளியின்
 மரணத்தில்
 எட்டிப்பார்க்காத
 ஊராரின் மனசெல்லாம்!

- பூயுகம், பண்ணைந்துர்

நுன்பன்
 யார்
 கவலைகளைத்
 தூக்கியெறியக்
 கற்று வைத்திருக்கிறார்களோ
 அவர்களுக்கு மட்டுமே
 நண்பனாகிறது
 நம்பிக்கை!

- முத்துஆனந்த், வேலூர்



தங்க மாங்கை

குடும்ப நல இதழ்

உங்கள் சந்தாவை புதுப்பித்து விட்டீர்களா?



தங்க மாங்கை மாத இதழ்
 சிபிசி கட்டடம் முதல் தளம்,
 எண். 339 (ப.எண்.249),
 அண்ணாசாலை, தேனம்பேட்டை,
 சென்னை - 600 006.
 தொ.பெ.: 24328383 65297586
 மின்னஞ்சல்:
 thangamangaithamizh@gmail.com
 thangamangai@yahoo.co.in
 website:www.thangamangai.com

சந்தா விவரம்

இதழ் ஒன்றின் விலை ரூ.25/-

- 1 ஆண்டுக்கு ரூ.300 2 ஆண்டுக்கு ரூ.600
 3 ஆண்டுக்கு ரூ.800

சந்தா செலுத்துபவர் பெயர் _____

முகவரி _____

கையொப்பம் _____

தொகையை பணவீடையாகவோ அல்லது வரைவோலையாகவோ
 "சவுத் இந்தியா பப்ளிகேசன்ஸ்"
 என்ற பெயரில் தரப்பட்டுள்ள முகவரிக்கு இப்படிவத்துடன் அனுப்பவும்.

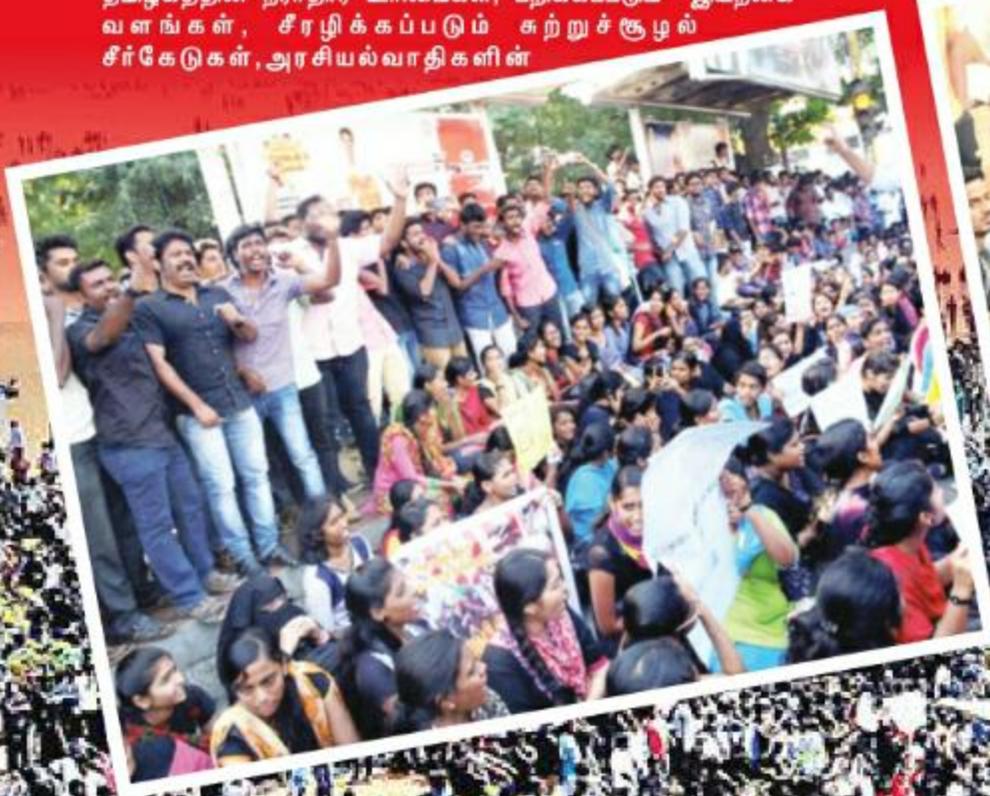
மாற்றம்

கடமைகளும் கண்மணிகளும்...

பொழுது போக்குத் தலமாக மட்டுமே பார்க்கப்பட்டு வந்த மெரினா கடற்கரை, முதன் முதலாய் தனக்கு ஒரு புரட்சிச் சாயம் பூசிக் கொண்டது. புரட்சியைப் பற்றி வரலாறுகளில் மட்டுமே படித்து வந்த இளைய தலைமுறை புரட்சி படைத்து, பூமியை தங்களது மெல்லிய ஆனால், பலமிக்க கரங்களால் அசைத்துப் பார்த்திருக்கிறது.

மாணவர்கள் போராட்டம் சமூகநல விரும்பிகள் அனைவருக்குமே மகிழ்ச்சியைத் தந்தாலும், திடீர் எழுச்சிக்குப் பின்னாலிருக்கும் காரணங்களை ஆராயாமலில்லை. அது அவசியமும் கூட. காரணமின்றி காரியமில்லை.

நெடுங்காலமாகவே வஞ்சிக்கப்பட்டு வரும் தமிழரின் நிலை, உதாசீனப்படுத்தப்படும் தமிழரின் உணர்வுகள், தள்ளாடும் தமிழகத்தின் நீராதார உரிமைகள், பறிக்கப்படும் இயற்கை வளங்கள், சீரழிக்கப்படும் சுற்றுச்சூழல் சீர்கேடுகள், அரசியல்வாதிகளின்



கண்ணம்மாள்



தான்தோன்றித் தனமான செயல்பாடுகள், வாக்குகளை மட்டுமே குறிவைக்கும் சிந்தனைகள், மாநில வளர்ச்சியில் தொலைநோக்குப் பார்வையின்மை, அப்பட்டமான நாகரிகமற்ற தனி நபர் வழிபாடுகள் என நிற்காது நீண்டு கொண்டே போகும் மத்திய, மாநில அரசின் அவலங்களே, மாணவர்களை ஒன்று திரட்டி ஓரிடத்தில் உட்கார வைத்திருக்கிறது. தேர்தலில் பெரும்பான்மை பெற்று, அரசுக் கட்டிலில் அமர்ந்து விட்டால், அடுத்த ஐந்து ஆண்டுகளுக்கு தங்களை யாரும் அசைக்க முடியாது என்ற ஆணவம் கட்சிகளுக்கு இயல்பாயிருப்பது வேதனைக்குரியது.

ஆட்சியாளர்கள் நிறைவேற்றும் அரசினுடைய அடிப்படைக் கடமைகள் கூட சாதனையாகப் பார்க்கப்படுவது அறியாமையா? அநியாயமா?

இவற்றையெல்லாம் கண்டு சகிக்க முடியாமல், பொது மக்கள் இயலாமையின் காரணமாகவும், மன வெறுப்பின் காரணமாகவும் மனம் புழுங்கியபடி காலத்தைப் புலம்பித் தள்ளிக் கொண்டிருந்த பொழுது, புரிந்து கொண்டு களமிறங்கினார்கள் நம் கண்மணிகள். இதோ இப்போது புதுக்கோட்டை நெடுவாசலிலும் ... மக்களோடு மக்களாக... இப்படி அனைவரது ஆதங்கங்களும் எண்ணக் கடமைகளும் உருப்பெற்று, இளையோர் உள்ளத்தில் ஏறி அமர்ந்து கொண்டது.

துடிக்கும் இளமையிலும், போராட்டம் வெற்றி பெற வேண்டி கண்ணியம் காத்தார்கள், காத்து வருகிறார்கள் பொருள் உதவி, அர்ப்பணிப்பு, ஈடுபாடு, பொறுப்பு,

நல்ல நடிப்பு...
திட்டித்
தீர்த்தல்,
கட்டித்
தழுலல்,
விட்டு
விலகுதல்...
நிரந்தர
நட்பும் பகையும்
அரசியலில்
இல்லை!
- க. அருச்சுணன்.
செங்கல்பட்டு.

உடல் உழைப்பு, பெருந்தன்மை, நாட்டுப் பற்று, எதிர்கால சந்ததிகள் மேலான அக்கறை, மனஉறுதி, செயல் திறன் என மனம், குணம், நிறம் உடைய ஆரோக்கிய போராட்டத் தேநீரை போட்டுத் தருகிறார்கள்.

முதியோர் மூக்கில் விரல் வைத்து முகம் சுழித்த போதுதான், காளைகளுக்குப் பின்பிருக்கும் விவசாய சுழற்சியையும் வணிக அரசியலையும் விவரித்து அனைவரையும் வாயடைக்கச் செய்தனர் இளைஞர்கள். கூடவே மாநிலத்தின் தற்போதைய எரியும் பிரச்சனைகள் அனைத்தும் தங்களது எண்ணத்தில் இருப்பதாகவும், அவர்கள் சொன்ன பின்பு, தமிழர்கள் தங்கள் முதுகில் தாங்களே தட்டிக் கொடுத்துக் கொண்டனர் - பிள்ளைகளை நினைத்து. நெல்லுக்குப் பாய்ந்த நீர் புல்லுக்கும் பாய்ந்த கதையாய், போராட்டத்தின் கிளைப் பயனாய், திரைத் துறையின் கதாநாயக வழிபாடும், கண்மூடித்தனமான ஆராதனைகளும் மறுபரிசீலனை செய்யப்பட்டன. தாங்கள் இதுவரை செய்து வந்த தேவையற்ற காரியங்களை நினைத்துப் பார்த்து நொந்து கொண்டனர். தெளிவாகி, தெளிவாக்கினர்.

போராட்டங்களில் பெண்களின் பங்களிப்பு பெண்களும் கைகொடுத்த எந்தப் போராட்டங்களும் தோற்றவில்லை. செம்மைத் திறமுடைய பெண்டிர், தொட்டதைத் துலங்கச் செய்வர். செய்திருக்கிறார்கள். இளைஞர்கள் தங்களுடன் போராட்டத்தில் சேர்த்துக் கொள்ளக் கூட தகுதியற்றதாகக் கருதிய அரசியல் கட்சிகளுக்கு இது அவமானம். தங்களது சிந்தனை செயல்பாடு, கட்சியின் உள்கட்டமைப்பு இவற்றையெல்லாம் தற்சோதனை செய்து பார்க்க வேண்டிய கால கட்டமிது.

அது போலவே புரட்சி என்பதெல்லாம் குறிஞ்சிப் பூ, உரிய காலத்தில்தான் பூக்க வேண்டும். அது தினம் பூக்கும் மல்லி அல்ல. அதாவது அடிக்கடி போராட வேண்டிய அவசியத்தை மக்களுக்கு ஆட்சியாளர்கள் ஏற்படுத்தக் கூடாது. மக்கள் விழித்துக் கொண்டார்கள் என்பதைப் புரிந்து கொண்டு, நாட்டின், மாநிலத்தின் மாவட்டங்களின் இன்ன பிற பிரச்சனைகளை அரசே முன் வந்து தீர்க்க முயல வேண்டும்.

“ மக்கள் நலம் மக்கள் நலம் என்று சொல்லுவார் தம் மக்கள் நலம் ஒன்றேதான் மனதில் கொள்ளுவார் ” என்ற அரசியல்வாதிகளின் பொதுவிலக்கணத்தைப் பொய்யாக்க வேண்டும். கை காட்டி மரங்கள் கூடவே வரவேண்டுமென எதிர்பார்க்கக் கூடாது. இளைஞர்கள், மாணவர்களுக்கு வேறு வேலையிருக்கிறது. கடமைகளும், லட்சியங்களும் காத்துக்கிடக்கின்றன. அரசுகள் சாவி கொடுக்க வேண்டிய பொம்மைகளாக இருக்கலாகாது. இலக்குகளும், அதை நோக்கிய தொய்வடையா செயல்பாடுகளும், விவசாயம் முதல் விஞ்ஞானம் வரை அனைத்து துறைகளிலும் வளர்ச்சி திட்டங்கள், ஊழலற்ற அரசு நடைமுறைகள் என முழுமையான, நியாயமான அரசே போராட்டங்களை சந்திக்க தேவையில்லாத அரசின் அடிப்படை தகுதிகள் மாற்றம் மட்டுமே நிரந்தரம் இதை உணர்வதே மனிதரின் தரம்.

▶ நகைச்சுவை தோரணங்கள்



"அந்த நர்சம்மா போலியாக இருக்குமோன்னு ஏன் சந்தேகம் உனக்கு...?"
"மருத்துவரை விட்டு ஏழெட்டு அடி இடைவெளி யிட்டே போறாங்களே.....!"
- லட்சுமணன், புதுகோட்டை

உங்க பையனை மருத்துவத்துல சேர்க்காம, ஏன் பொறியியல்ல சேர்த்துருக்கீங்க?
"அவனுக்கு பொறியியல்லன்னா ரொம்ப பிடிக்கும். விரும்பி சாப்பிடுவான்தான்."
- லோகநாதன், அம்மையார்குப்பம்



கோபு: எதுக்கு அளவுகோலைப் பக்கத்துல வச்சிக்கிட்டு சாப்பிடறே?
பாபு: மருத்துவர் என்னை அளவோட சாப்பிடச்சொல்லி இருக்கார் அதனால்தான்.
- க. க. மணியன், பெரணமல்லூர்



குழந்தை அழுதுக்கிட்டு இருக்கு. நீ அத கவனிக்காம சீரியல் பார்த்துக்கிட்டிருக்கே? சுமமா இருங்க, குழந்தையும் சீரியல் பார்த்து தான் அழுவது
- சுமித்ரா, பெரம்பூர்.

என்னய்யா முதலீடு பண்ண எடுத்துவந்த பணமெல்லாம் கிழிஞ்சிருக்கு? உங்களுக்கென்னய்யா என்னோட கணக்குலதான போடப்போறேன்...!
- சாகுல், கடலூர்



"என்னங்க, சம்பள பணம் கேட்டா, சில்லறையா கொடுக்கிறிங்க?"
"நாங்கதான் அப்பவே சொன்னோமே, கை நிறைய சம்பளம் தருவோம்னு."
- லோகநாதன், அம்மையார்குப்பம்



இந்த நேரத்தில் திருமணம் வைத்தது தப்பா... போச்சி. ஏன் அப்படி சொல்றீங்க? எல்லோரும் 1000ம், 500முமாக வைக்கிறார்கள்.
- சுரேஷ், திருசிற்றம்பலம்





எம்.எல்.ஏவை விலைக்கு வாங்க
சொன்னாரே, வாங்கியாச்சா?
புது நோட்டுக்குத்தான்
விலை போவேன்னு சொல்லிட்டாரு!
- பொன்னை சுப்பிரமணி, சென்னை

முக்குல ரத்தம் வர்றளவுக்கு
எப்படி அடிப்பட்டுச்சு?
"பக்கத்து வீட்டு சண்டையில்
தெரியாம மூக்கை
நுழைச்சேன் டாக்டர்"
- லோகநாதன், அம்மையார்க்குப்பம்



டேய் காதலுக்கு
கண்ணில்லைங்கற பழமொழியை
நம்பறேன்டா.....
ஏன்டா?
உன்னையும் ஒருத்தி
காதலிக்கிறாளே.....
- அ. சித்ரா, காஞ்சிபுரம்



முதலாளி
ஊக்கத்தொகை கொடுக்காமலேயே
இருந்திருக்கலாம்!
'என்னாச்சு'
எல்லாம் 500,1000 ரூபாய் நோட்டாவே
கொடுத்துட்டாரு.

- முத்து ஆனந்த், வேலூர்

தலைவர் ரொம்ப
சின்ன புத்திக்காரர், என்று
எப்படிச் சொல்றே?
செல்லாத ஐந்நாறு, ஆயிரத்தையெல்லாம்
தொண்டர்களுக்கு இலவசமா
கொடுத்திருக்காரு!
- முத்து ஆனந்த், வேலூர்



'என்ன அவர்
ஏ.டி.எம் வாசல்' ல,
விழா கொண்டாடுறாரு?
அதானே இப்ப
வாழ வைக்குற தெய்வம்.
- முத்து ஆனந்த், வேலூர்



நோயாளி: மருத்துவரைய்யா, ஏன் வாய்விட்டு
சிரிக்கக் கூடாதுன்னு சொல்றீங்க?
"மருத்துவர்: நோய் தானாகவே போயிட்டாநான் எப்படி
பிழைக்கிறது."

க. க. மணியன், பெரணமல்லூர்

ராஜாவின் வீட்டில் எல்லாவற்றிற்கும் அய்தீகம்தான், ராஜாவின் அப்பா எல்லாம் முறைப்படிதான் நடக்கணும் என்று கண்டிப்புடன் இருப்பார். அப்படித்தான் சாதகம் கணித்து, எல்லாப் பொருத்தங்களையும் ஆராய்ந்து நாளும், கோளும் பார்த்து ராஜாவின் திருமணம் நடந்தது.

மணமகள் மங்கையர்க்கரசி அழகோ அழகு. திருமணம் முடிந்து நான்கு நாட்கள் கழித்தே நல்ல நாள் இருப்பதாகக்கூறி, இன்றைக்குத்தான் ராஜாவையும், மங்கையர்க்கரசியையும் தனிமையில் இருக்க அனுமதித்திருந்தனர்.

நிறைய எதிப்பார்ப்புகளோடும், மனம் முழுவதும் பொங்கிய ஆசையோடும் தனியறைக்குள் நுழைந்தான் ராஜா. மங்கையர்க்கரசி படுக்கையின் ஓரத்தில் முழுவதும் போத்திப் படுத்திருந்தாள். ராஜாவிற்கு கொஞ்சம் தடுமாற்றமாகிவிட்டது. இருந்தாலும் தான் வந்திருப்பதை குறிப்பால் உணர்த்தும் சில வேலைகளைச் செய்தான். ஆனாலும் மங்கையர்க்கரசியிடம் எந்த அசைவும் இல்லை.

மெல்ல அருகில் சென்று தோளைத் தொட்டுத் திருப்பினான், சட்டென்று எழுந்த மங்கையர்க்கரசி, ராஜாவைப் பார்த்து கை கூப்பினாள். கண்களில் தாரை, தாரையாக கண்ணீர்.

பதறிப்போன ராஜா, தன் மனைவியை ஆறுதல் படுத்த நெருங்கினான், ஆனால் அவள் மீண்டும் விலகி நின்றாள். பின் மெல்ல ததும்பும் குரலில், ராஜா என்னை மன்னிச்சிடுங்க, நானும் என் கூடப்படிச்ச டேவிட்டும் உயிருக்குயிரா காதலிச்சோம்.

எங்க காதலை ஏற்காத எங்க அப்பா தற்கொலை செஞ்சுக்கறதா சொல்லி மிரட்டி என்னை இந்த திருமணத்துக்கு சம்மதிக்க வெச்சிட்டாரு. திருமணத்துக்கு முன்னாடியே இதை உங்ககிட்ட சொல்லணும்னு நெனச்சேன், ஆனா, உங்க அப்பாவோட கண்டிப்பான அய்தீகம் நாம ரெண்டு பேரும் திருமணம் வரைக்கும் தனிமையில் சந்திக்கவே கூடாதுனு சொல்லி தடுத்துட்டாங்க.

உங்க கூட வாழறதுக்கு மனசளவுல எனக்கு துளியும் உடன்பாடி ல்லை. என்னை

ஜாதிகீழ்



மன்னிச்சிடுங்க என்றவள் தேம்பித் தேம்பி அழுதாள்.

ராஜாவின் எந்த சமாதானமும் எடுபடவில்லை, நள்ளிரவு தாண்டியும் கண்ணீர் விட்டு அழுது கொண்டே இருந்தாள் மங்கையர்க்கரசி. பின் ஒரு முடிவுக்கு வந்தவளாய், ராஜா நான் டேவிட்டுக்கு போன்பண்ணி வரச்சொல்லிட்டு போறேன். பிரியறதுதான் சரி. இன்னொரு பெண் பார்க்கும் போதாவது பொருத்தங்களை ஜாதகத்தில் தேடறதுக்கு முன்னாடி, பெண்ணோட மனசப் பாருங்க, அதாவது உங்க அப்பாகிட்ட சொல்லுங்க என்றவள் அறையைத் திறந்து வெளியேறினாள். வெளியே காத்திருந்த டேவிட் மங்கையர் கரசியோடு பறந்தான். ராஜா தன் தந்தையை எழுப்பி விபரம் சொல்ல கூடத்திற்கு வந்தான்.



“போருக்குச் செல்லும் மன்னர்
ஏன் மூட்டை முடிச்சுகளோட
செல்கிறார்?”
செல்லாத ஆயிரம் ஐநூறை
எதிரிக்கு கொடுத்து
வெற்றி பெறலாமன்னுங்கற
எண்ணத்திலதான்.

- பொன்னை சுப்பிரமணி, சென்னை.

நான் கண்ட மியான்மா

மியான்மா எனப்படும் பர்மா, புத்த மதத்தைப் பேணுவதில் உயர்ந்த நாடு. பண்பாட்டின் உச்சத்தைத் தொட்டு நின்ற மக்களின் தேசம் இவ்வாறான மியான்மரில் பயணம் செய்து இனிய நந்தவனம் ஆசிரியர் சந்திரசேகரன் அவர்களின் 7 நாள் பர்மியப் பயணத்தைச் சின்னச் சின்ன அனுபவக் குறிப்புகளோடு பெரும் வாசிப்பு இன்பத்தை உருவாக்கும் வகையில் இந்த நூலை எழுதியிருக்கிறார்.



பல நூற்றாண்டுகளுக்கு முன் சென்ற மியான்மா (பர்மா) நாட்டில் குடியேறி வாழ்ந்து வரும் தமிழ் மக்களையும் அவர்களின்

தற்கால நிலை பற்றியும் சந்தித்த தமிழ் ஆர்வலர்கள், தொழிலதிபர்கள், பொது வாழ்வில் உள்ளவர்கள், கல்வியாளர்கள், ஆன்மீகவாதிகள், இலக்கியவாதிகள் மற்றும் பத்திரிகையாளர்கள் என அனைத்துத் தரப்பினரையும் அவர்களுடன் நடந்த அர்த்தமுள்ள உரையாடல்கள் பற்றியும் ஒன்றுவிடாது பொருள்படத் தொகுத்து, நாள், கிழமை, காலம் இவைகளுடன் விரிவாகவும், படிக்க சுவையாகவும் மியான்மா வாழ் தமிழ் அன்பர்களின் அன்பு, பண்பு, அரிய நட்பு இவைகளை சிறப்பாக எடுத்துகாட்டியும் பயணத்தை மகிழ்வாகத் தொடங்கி

கவனமாகத் தொடர்ந்து சிறப்பாக முடித்துள்ளார் பாராட்ட வேண்டிய பயணம், பயன்மிக்க தகவல்கள்.
நூல் பெயர் : நான் கண்ட மியான்மா (பர்மா) பயணக்கட்டுரை
நூல் ஆசிரியர் : நந்தவனம் சந்திரசேகர்
விலை : ரூ.110/-

தோல்விகளைத் தோற்கடிப்போம்

தன்னம்பிக்கையாளர்களின் வெற்றிகள் அனைத்தும் வெற்றி பெறத் துடிக்கும் ஒவ்வொருவருக்குமான வழிகாட்டிகள்தானே இதோ அதற்கான அத்தனை மருந்துகளையும் கொண்டிருக்கிற அதிஅற்புதமான மருத்துவர்தான் இந்த தோல்விகளைத் தோற்கடிப்போம் என்ற அழகான புத்தகம்.



அத்தனையும் வளமாயிருந்தும், நலமாயிருந்தும் நாம் இன்னும் ஊனமாய் இருக்கிறோமே? என்ன செய்யப் போகிறோம் என்று நாம் சிந்திப்பதுண்டா? சிந்தித்தவர்கள் நான் ஊனமுற்றவன் அல்ல! என்னாலும் முடியும் என்கிற சிந்தனையைத் தூண்டி விடுவதுதான் இந்த புத்தகத்தின் முதன்மையான வேலை!

வள்ளுவர் வழியில் நின்று தோல்விகளைத் தோற்கடிக்க வாழ்வில் வெற்றியைச் சமக்க நம்மை அழைத்துச் செல்கிறார் இந்நூலாசிரியர் நந்தவனம் சந்திரசேகரன். வாழ்வில் வெற்றி பெறத் துடிக்கும் ஒவ்வொருவரும் கட்டாயம் படிக்க வேண்டிய நல்லதொரு புத்தகம் இது.

நூல் பெயர் : தோல்விகளைத் தோற்கடிப்போம்
நூல் ஆசிரியர் : நந்தவனம் சந்திரசேகர்
விலை : ரூ.100/-
வெளியீடு : இனிய நந்தவனம் பதிப்பகம், எண்.17, பாய்க்கார தெரு, உறையூர், திருச்சி - 620 003. செல்பேசி: 94432 84823

நம்பிக்கையும் நானும்... பாகம்-2

நண்பர் ஏகலைவன் அவர்கள் நம்பிக்கை விதைக்கிற நம்பிக்கையாளர். நம்பிக்கையும், நானும் என்ற நூல் அவரைப் போலவே நம்பிக்கை மிகுந்த நல்ல மனிதர்களின் சாதனைகள் குறித்த சிறந்த நூலாகத் தொகுக்கப்பட்டு வெளிவருகிறது. நம்பிக்கைக்குரிய நல்ல மனிதர்களான சிறந்த வரலாறுகளைப் படைத்திருக்கிற இந்த சிந்தைக்கினிய பெருமக்கள் பாராட்டிற்குரியவர்கள் மட்டுமல்ல நாமெல்லோரும் பின்பற்றத்தக்கவர்களும் கூட. இந்நூலைத் தமிழில் மட்டுமல்ல... ஆங்கிலத்திலும் பெயர்த்து அகிலமறியச் செய்ய வேண்டும். ஏனெனில், உலகம் உய்ய வழிகாட்டும் உயர்ந்த மனிதர்கள் இவர்கள்.. நம்பிக்கையும் நானும்.. எனும் தலைப்பில் நேர்காணல் செய்யப்பட்ட 10 ஆளுமைகளின் சிந்தனைகள் நேர்காணல்களாக இந்த நூலில் இடம்பெற்றிருக்கிறது.

- ஏர்வாடி. எஸ். இராதாகிருஷ்ணன்.சென்னை.

நூல் பெயர்: நம்பிக்கையும் நானும்... பாகம்-2
ஆசிரியர்: கவிஞர் ஏகலைவன், விலை: :ரூ.100/-
வெளியீடு : வாசகன் பதிப்பகம், 167, ஏ.வி.ஆர் காம்பளெக்ஸ், செரி ரோடு, சேலம் - 07.



கீதா அத்தையும் வாசு மாமாவும்!

அத்தை, காலை கொஞ்சம் தூக்கி மேலும் கீழும் ஆட்டி, இப்படி அடிக்கடி பயற்சி செய்யுங்க, உங்க கால் வீக்கம் எல்லாம் சரியாகி விடும் என்றேன்.

கட்டிலில் படுத்திருந்த கீதா அத்தைக்கு வயசு ஐம்பத்து இரண்டு. எனக்கும், அத்தைக்கும் முப்பது வயசு வித்தியாசம் இருந்தாலும், எங்களுக்குள் ஏற்பட்டிருந்த நட்புக்கு வயசு வித்தியாசம் கிடையாது.

“அப்படியே, முடிந்தபோது செய்கிறேன் நந்தினி. உனக்கு காபி எதுவும் கொடுக்க முடியவில்லையே என்று எனக்குக் குறையாக இருக்கிறது” என்கிறாள் என்கையைப் பிடித்தபடி.

“உங்களுக்கு கால் சரியாகட்டும்.”



அப்போ காபி சாப்புடுறேன்” என்றேன் நெகிழ்ச்சியுடன்.

கீதா அத்தையின் கணவர் வாசு. அவர், “அவள் சரியாக சாப்பிடுவதில்லை” என்றார். அவருக்குக் காது கேட்காது, ஆனால், பேச முடியும்.

ஆனால், அத்தை அவருடன் பேசும் போது சைகையில் பேசிவிடுவாள். இல்லாவிட்டால் அவருக்குப் புரியும்படி மிகவும் மெதுவாக பேசிவிடுவாள்.

“நல்லா சாப்பிடுங்க இரத்தத்தில் சிவப்பணுக்கள் அதிகரிக்கணும் இல்லையா? பீட்ரூட், மாதுளை எல்லாம் சாப்பிடுங்க” என்றேன்.

அவருக்கு கருப்பை புற்று நோய். நோய் முற்றிப் போய் கருப்பையை எடுத்தாகிவிட்டது. ஒன்று மாற்றி ஒன்று என ஏராளமான பிரச்சனைகள் சிவப்பணுக்கள் குறைந்து போவதால் இரத்தம் அடிக்கடி ஏற்ற வேண்டியிருக்கு. இப்போது கால் தூக்க முடியாமல் வீங்கி விட்டது. நான்தான் அடிக்கடி மருத்துவரிடம் அழைத்துப் போவேன்.

“உங்களுக்கு என்னாலே தொந்தரவு” அத்தையின் கண்கள் பனித்தன. அழாதிங்க எல்லாம் சரியாகிவிடும்.

“எனக்கு ஏதாவது ஆகலாம். நான் மாமாவை நினைத்துதான் அழுகிறேன். அவருக்கு எதுவும் தெரியாது. அவரை யாராவது ஏமாற்றி விடுவார்கள்” என்று கலங்கினார். அவருடைய பற்றும், பாசமும் எனக்கு வியப்பாக இருந்தது.

நான் என் வீட்டுக்கு வந்து விட்டேன். அடுக்குமாடி குடியிருப்பில் நான் இரண்டாவது மாடியில் இருக்கிறேன். அவர்கள் கீழே முதல் மாடியில் இருக்கிறார்கள். மாமா ஒரு தனியார் நிறுவனத்தில் வேலை செய்து அண்மையில் ஓய்வு பெற்றவர். தனக்குப் புற்றுநோய் என்று தெரிந்தவுடன் கீதா அத்தை அழுதாள். முழங்கால் வரைக்கும் இருந்த நோய், முடி எல்லாம் போய் தலை மொட்டை ஆனபோதும் என் அழகு போய்விட்டதே! என அழுதாள். நான்தான் சமாதானம் சொன்னேன்.

நான் மட்டுமல்ல, நாங்கள் குடியிருந்த அடுக்குமாடி குடியிருப்பில் உள்ள பத்து குடியிருப்புகளில் உள்ள எல்லோரும், கீதா அத்தை சீக்கிரம் குணம் அடைய வேண்டும் என்று வேண்டுகிறார்கள். நான் சந்தைக்குப் போய்விட்டுத் திரும்பி வந்த போது, எதிர் குடியிருப்பில் வசிக்கும் கவிதா, அத்தைக்கு ரொம்ப முடியாததால் மருத்துவமனையில் சேர்த்திருப்பதாகச் சொன்னாள்.

நான் உடனே, மருத்துவமனைக்கு கிளம்பினேன். அத்தை இருக்கும் அறைக்குள் சென்றேன். அத்தைக்குப் பக்கத்தில் நின்ற மாமா, அவரை நோக்கி தன் இரு கைகளையும் கூப்பி ‘நீ சிரமப்படாமல் போய் விடு. ‘நான் என்னைப் பார்த்துக் கொள்கிறேன்.’ என்று கண்களில் நீர் மல்கக் கூறினார். வேண்டிக்கொண்டிருந்தது பார்க்கப் பரிதாபமாக இருந்தது.

அத்தை எப்படி இருக்கீங்க? என்று கேட்டுக் கொண்டே நான் அருகே சென்றேன்.

அத்தையின் சோகமான கண்கள் என்னை ஊடுருவின. ‘நான் ரொம்ப துக்கத்தை அனுபவித்து

விட்டேன். எனக்குச் சீக்கிரம் விடுதலை வேண்டும் நந்தினி' என்று தளுதளுத்தார்.

'மனசைப் போட்டு அலட்டிங்காதீங்க' நீங்க சீக்கிரம் குணம் அடைஞ்சிடுவீங்க. உங்க வேதனைகளுக்கெல்லாம் ஒரு விடிவு காலம் சீக்கிரம் வரும், என்று நான் ஆறுதல் சொன்னேன்.

எனக்கா விடிவு காலம்? வேதனையுடன் சிரித்தார். அலை ஓய்ந்து கடலில் நீராடுவதைப் போல்தான். என் வாழ்க்கையே, துக்கம்தான். நாப்பது வயசுலையிருந்து என்னை விட்டு விலகாத சர்க்கரை நோய். இதெல்லாம் போதாதென்று கடைசியாக வந்த பாழாய்ப் போன புற்று நோய் துக்க வாழ்க்கை வாழ்வதற்கே, நான் பிறந்துட்டேன். எனக்குத்தான் நீண்டநாள் வாழ வாய்ப்பில்லை, மாமாவாது நீண்டகாலம் இருக்கட்டும் என பேச முடியாமல் தடுமாறினார்.

மாமா பதறிப்போய், சீதா, உனக்கு என்ன ஆச்சு? நான் போய் மருத்துவரை அழைச்சிட்டு வரேன், என்று அறையை விட்டு வெளியேறினார்.

திடீரென்று மாமியின் கண்கள் வெறித்து நிலை கொள்ளாமல் தவித்தது, வாய் மெதுவாக திறக்க மாமியின் மூச்சு அடங்கியது.

அறைக்குள் வந்த மருத்துவர் மணிமேகலை அத்தையை சோதித்து விட்டு அமைதியாக திரும்பி நடந்தார்.

மாமா அதிர்ச்சி அடைந்தார். கண்களில் கண்ணீர் வழிய இரண்டு கைகளை மேலே தூக்கி சைகையாலே 'போய்விட்டான்' சோகத்தை வெளிப்படுத்தினார்.

அத்தையின் உடல் கூடத்தில் வைக்கப்பட்டிருந்தது. அடுக்குமாடி குடியிருப்பில் உள்ள எல்லோரும் வந்து விட்டார்கள். சிலர் வெறும் வாய் வார்த்தை மட்டுமில்லாமல் உடலாலும், பணத்தாலும் தங்களால் முடிந்த உதவிகளைச் செய்தார்கள். உறவினர்கள் வந்து துக்கம் விசாரித்துக் கொண்டிருந்தனர். நெஞ்சைப் பிசைந்த மாதிரி துக்கத்துடன் முழங்காலைக் கட்டிக் கொண்டு அழுதேன். கீதாதான் வாசலுக்கு எல்லாம். அவ, அவனை விட்டு போய் விட்டாளே. அவன் இனிமே என்ன பண்ணப் போறான் என்று வருத்தப்பட்டார் வாசலின் சித்தப்பா.



நம்ம தலைவரை குரங்கு கடித்து விட்டதாமே? 'ஆமாம், அடிக்கடி கட்சி விட்டு கட்சி தாவி எங்க இனத்தையே கேவலப்படுத்திட்டியேன்னு கடிச்சுருக்கும்.'
- க. ச மணியன், பெரணமல்லூர்

எனக்கு எல்லாமே அவதான். தொலைபேசி மணி அடிச்சாலும் சரி, அழைப்புமணி அடிச்சாலும் சரி!, அவதான் போய்ப் பார்ப்பான். அவ போய்ட்டா, அவள் இல்லாமல் நா எப்படி இருப்பேன் என்று வேதனையுடன் மாமா சொன்னது என் காதில் விழுந்தது. மாமாவின் முகம் அளவுக்கு அதிகமான துக்கத்துடன் இருந்தது.

'அத்தையின் உடல் இருந்த திசையை நோக்கி வாச கையைக் காண்பித்து உணர்ச்சி பொங்க, கீதா, நீ இல்லாமல் நானில்லை. நானும் உன்னோட வரேன்' என்று கத்தினார். அய்யகோ! அவர் நிலைகுலைஞ்சு போயி அப்படியே உடல் தரை மீது சரிந்தது. அவ்வளவுதான். மாமாவும் முடிவெய்திவிட்டார். கீதா அத்தையும் வாச மாமாவும் இணைபிரியா காதலர்களாக வாழ்ந்தார்கள். ஒருவர் பிரிவை இன்னொருவர் தாங்க முடியாத துக்கத்தில் இருவருமே தங்கள் முடிவை எட்டியது, எனக்கு துக்கத்திலும் வியப்பாக இருந்தது!

என்றும் 16 வயது வாழ- ஓர் நெல்லிக்கனி, இதயத்தை வலுப்படுத்தும்- செம்பருத்தி, மூட்டுவலியை போக்கும்- முடக்கத்தான், இருமல் மூக்கடைப்பு - ஓமவல்லி, நீரிழிவு நோயை குணமாக்கும். -அரைகீரை, வாய்ப்புண், குடற்புண்கள் குணமாக்கும்- மணத்தக்காளிகீரை, உடலை பொன்னிறமாக மாற்றும்- பொன்னாங்கனிகீரை, மாரடைப்பை நீக்கும்- மாதுளம்பழம், ரத்தத்தை சுத்தம் செய்யும். - அருகம்புல், புற்றுநோய்க்கு நல்லது- சீதாபழம், மூளை வலிமைக்கு- பப்பாளி, நீரிழிவுகுணமாக்கும்- முள்ளங்கி, வாயுத்தொல்லை, சிறுநீர் பிரச்சனை குறைக்கும்- வெந்தயகீரை, நீரிழிவு நீக்கும். - வில்வம்இலை, ரத்த அழுத்தத்தை குணமாக்கும்- துளசி, மாப்புசளி நீக்கும்- கண்டைக்காய், சளி, மூச்சிரைத்தலை குணமாக்கும்- ஆடாதொடா, நினைவாற்றலை வளர்க்கும்- வல்லாரை கீரை, ரத்த அழுத்தத்தை குறைக்கும்- பசலைகீரை, ரத்த சோகையை நீக்கும்- பீரூட், செரிமான சக்தியை அதிகரிக்கும்- அன்னாசி, முடி நரைக்காமல் இருக்க - கல்யாணமுருங்கை, கண்பார்வையை அதிகரிக்க - கேரட், தேங்காய், மாப்பு சளி, இருமல் கசமாக - தூதுவளை, முகம் அழகுபெற - திராட்சைபழம், செரிமானமின்மையை போக்கும் - புதினா, மஞ்சள்காமலையை விரட்டும் - கீழாநெல்லி, இவை அனைத்தும் இயற்கை கொடுத்த அற்புதங்கள், சாப்பிட்டால் நோய்களை விரட்டலாம்.

இயற்கையின் அற்புதம்... -ரேணுகா



○இயற்கை மருத்துவம்

சூரிய கதிர் இலவச மருத்துவர்

மருத்துவர்
பிரியங்கா

சூரியன் பாகுபாடு இல்லாத முழுமையான மருத்துவர், அதிசய மருத்துவர்.கோடைகாலத்தில் வெப்பத்தை கண்டால் வெறுப்போம் நாம் அனைவரும், தொடர்ந்து ஒரு சில நாட்கள் மழை பெய்தால் சோம்பேறிகள் ஆகிவிடுகிறோம். மழைகாலத்தில் அதிகமாக சோர்வு ஏற்படுகின்றது, எப்போதும் உறங்க வேண்டும் என்ற எண்ணம் நம் இடையில் எத்தனை பேருக்கு எழும். அப்போதுதான் சூரியனின் அருமையை உணர்கிறோம். கொஞ்சம் வெயில் அடித்தால் எப்படி இருக்கும். இது உண்மையா? இல்லையா?ஏன் என்றால் அதுவே ஆக்கசக்தியும் , உற்சாக மருந்தும் ஆகும். ஒருவர் கறுகறுப்பாக இருப்பதன் பின்னால் இருக்கும் அனைத்தும் அறிவியல் பூர்வமாக நிரூபிக்கப்பட்ட உண்மையாகும். மழை, மாசடைந்த சூழல் மற்றும் பனிமூட்டமான மாதங்களில் அல்லது பகுதிகளில் முகத்தில் சோகமும், பணியில் மந்தமான நிலையும் காணப்படுகிறது. மாறாக

சமச்சீரான தட்பவெப்பநிலை கொண்ட பகுதியில் வாழும் மக்கள் உற்சாகத்துடனும், சோம்பல்கள் எதுவும் இன்றியும் கறுகறுப்பாக காணப்படுகின்றனர். இது நாம் அனைவரும் அறிந்த மற்றும் உணர்ந்த செய்திகளில் இதுவும் ஒன்று. இதை நாம் அனைவரும் நம் வாழ்க்கையில் கடந்து வந்து உள்ளோம்.

நமது உடல் 5 மாபெரும் சக்தியால் ஆனது என்பது நாம் அனைவரும் அறிந்த ஒன்று. இதில் நெருப்பு நமது செரிமான சக்தியுடன் தொடர்புடையது. அவ்வித நெருப்பு சக்தியை தரக்கூடிய சூரியனிடம் இருந்து பெறும் சிகிச்சை “ சூரிய ஒளி சிகிச்சை / சூரிய ஒளி குளியல் என்கிறோம்.

சூரிய ஒளி குளியல் இரு வகைகளில் உள்ளன. முழு உடல் குளியல் மற்றும் பகுதி உடல் குளியல்.

முழு சூரிய ஒளி குளியல் / சிகிச்சை செய்முறை:

• சூரிய குளியல் செய்யும் முன்பாக தண்ணீர் பருக வேண்டும்.

• சூரிய ஒளி குளியல் செய்ய மிகவும் ஏதுவான நேரம் காலை 7 முதல் 9 மணிக்குள்[சூரியன் உதித்த உடன்] மாலை 4 முதல் 5.30 மணிக்குள் [சூரியன் மறையும் முன்பாக] செய்யலாம். உச்சி வெயில் ஏற்படையது இல்லை.

• சூரிய குளியல் செய்யும் முன்பு உடம்பு முழுவதும் செக்கில் ஆட்டிய நல்லெண்ணெய் தேய்த்துக் கொண்டு சூரிய குளியல் எடுத்தால் மிகவும் நன்று. எண்ணெய்கள்



பயன்படுத்தாமல் கூட செய்யலாம்.

இயற்கை மருத்துவத்தில் சூரிய ஒளி குளியல் மிக முக்கியமான ஒன்று. இதில் சூரிய குளியலுக்கு முன்பாக நோயாளிகளின் நிலைமைகளுக்கு ஏற்ப வெந்தாயம், வேப்பிலை, கடுக்காய், மஞ்சள், கற்றாழை போன்றவை உடம்பு முழுவதும் பூசி சூரிய குளியல் செய்யப்படும். மருத்துவரின் ஆலோசனைக்கு ஏற்ப வழங்கப்படும்.

இது அனைத்து விதமான தோல் தொடர்பான பிரச்சனைகளுக்கும் வழங்கப்படும்.

பகுதி சூரிய ஒளி குளியல்:

தேவையான அல்லது நிவாரணம் அளிக்க வேண்டிய பகுதி மட்டும் சூரிய வெளிச்சத்தில் காண்பிக்கப்படும்.

எடுத்துக்காட்டாக: மூட்டுவலி.

எந்தவொரு உணவிலும் கிடைக்காத சக்திகள் வைட்டமின் டி மற்றும் கால்சியம் ஆகியவை சூரிய ஒளியில் இருந்து கிடைக்கிறது. இது எலும்புகளின் நண்பன். இது சூரியனைத் தவிர வேற எதில் இருந்தும் முழுமையாக கிடைக்கப் போவது இல்லை.

செய்யவேண்டியவைகள்:

சூரிய குளியல் செய்யும் முன்பு தண்ணீரைப் பருக வேண்டும். இடை இடையே தேவைக்கு ஏற்ப தண்ணீர் பருகவேண்டும்.

சூரிய குளியல் எடுக்கும் போது குறை மற்றும் உயர் ரத்தம் உள்ளவர்கள் தலையில் ஈரத் துணியை வைத்து சூரிய ஒளியில் இருக்க வேண்டும். தலை சுற்றல் மற்றும் மயக்கம் வருவதை தடுக்க.....

சூரிய குளியல் எடுக்கும்போது உடலின் அனைத்து பகுதிகளிலும் சூரியஒளி சரி சமமாகப் படும்படி ஒருவரின் இருக்கை அல்லது படுக்கை இருக்கவேண்டும். ஒரே நிலையில் 20 நிமிடம் முழுவதும் இருக்கக்கூடாது, இது தவிர்க்கப்பட வேண்டிய ஒன்று.

சூரிய குளியலின் பயன்கள்:

சூரிய ஒளியால் உடல் மற்றும் உள்ளம் சார்ந்த நோய்களில் இருந்து 80 விழுக்காடு விடுதலை தர இயலும்.

சூரிய ஒளியின் வெப்பத்தால் நாம் உடலில் உள்ள பாக்டீரியா மற்றும் வைரஸ்கள் அழிகின்றன.

சூரிய ஒளியால் அனைத்து விதமான தோல் நோய்களையும் குணப்படுத்த முடியும்.

வைட்டமின் டி அனைத்து எலும்பு தொடர்பான நோய்களுக்கும் சிறந்த மருந்தாக அமைகிறது.

புற்றுநோய் நோயை குணப்படுத்தும் தன்மையும் சூரிய கதிர்களுக்கு உண்டு. பழைய புற்றுநோய் செல்களை அழிக்கின்றது. அதுமட்டும் இல்லாமல் புதிய செல்கள் உருவாக்குவதையும் தடுத்து நிறுத்துகிறது.

சூரிய ஒளியால் உடலில் வைட்டமின் டி உற்பத்தியாகும் அளவு அதிகரிக்கிறது. இது எலும்புகளின் காவலன் என்றும் கூறலாம்.

7 விதமான தோல்

அடுக்குகளை கடந்து சென்று தோளில் படிந்து உள்ள தேவையற்ற கழிவுகள் வியர்வை மூலமாக வெளியேறுகின்றன.

சூரிய ஒளியால் உடலில் உள்ள கெட்ட கொழுப்புகள் அழிகின்றன.

நோய் எதிர்ப்புத் திறனை அதிகரிக்கிறது.

ஆக்சிஜன் அளவு ரத்தத்தில் அதிகரிக்கிறது. இதனால் அனைத்து உடல் உறுப்புகளுக்கும் தேவைக்கு அதிகமாக ஆக்சிஜனைப் பெற்று சிறப்பாக செயல்படுகின்றன. இது மூளையின் செயல்திறனை அதிகரிக்கிறது.

குழந்தைகளுக்கு தினமும் சூரிய ஒளி செய்யும் போது, எலும்புகளுக்கு போதுமான ஆக்க சக்தி கிடைப்பதால் அவர்களின் உடல் வளர்ச்சி சிறப்பாக அமைகிறது.

மனநல தொடர்பான நோய்களுக்கும் சிறந்த மருந்தாக அமைகிறது. மன உளைச்சல், மன அழுத்தம் ஆகியவற்றை சரிசெய்கிறது.

புற்றுநோய் நோயை குணப்படுத்தும் தன்மையும் சூரிய கதிர்களுக்கு உண்டு. பழைய புற்றுநோய் செல்களை அழிக்கின்றது அதுமட்டும் இல்லாமல் புதிய செல்கள் உருவாக்குவதையும் தடுத்து நிறுத்துகிறது.

தினமும் சூரிய குளியல் எடுப்பது நமது வாழ் நாட்களை அதிகரிக்கிறது. நீரிழிவு நோய், தசை நாரர்களின் வீக்கம், தசைநாரர்களின் பலம் இழப்பு, கை கால் முடக்கம் போன்ற நோய்களுக்கு மருந்தாக அமைகிறது. தசை மற்றும் தசைநாரர்களில் உள்ள வேண்டாத கழிவுகள் சூரிய ஒளியின் வெப்பத்தால் லேசாக மாறி ரத்தத்தில் கலந்து மிகவும் கலப்பமாக வெளியேறும், தசைகளின் இயக்கத்தை மேம்படுத்தும்.

கர்ப்பிணிப் பெண்ணிற்காக:

கர்ப்பிணிப் பெண்கள் மகப்பேறு காலங்களில் தினமும் சூரிய ஒளியில் 20 நிமிடங்கள் இருந்து வந்தால் தாய் மற்றும் சேய் நலத்துடன் இருப்பார்கள். குழந்தையின் வளர்ச்சி திறம்பட இருக்கும், நோய் எதிர்ப்பு ஆற்றல் அதிகரிக்கும். கொஞ்சம் கூட செலவு இல்லாத சிகிச்சை முறை, இதற்காக நாம் செலவிடப் போவது 20 நிமிடங்கள் மட்டும் தான். நம்மைச் சுற்றி இருக்கும் இலவசமாக கிடைக்கும் நல்ல செயல்களைப் பயன்படுத்தி நாம் நம் உடல் நலனைக் காப்போம்.



மொழி

இனம்

நாடு!



-இறை. பொற்கொடி.

“மொழி” என்றால் மொழியப் படுவதாலேயே அதற்கு மொழி என்று கூறுகிறோம். எந்த மொழியால் நாம் பேசுகிறோமோ அம்மொழி

வழியாகத்தான் இனமும் நாடும் அமைகிறது. சீனா, சப்பான், உருசியா செருமணி, பிரெஞ்சு, இத்தாலி போன்ற மேலை நாடுகள் அனைத்தும் தாய் மொழியில் பேசுகின்றனர், எழுதுகின்றனர், படிக்கின்றனர், ஆட்சிமொழி, கல்வி, அலுவல் அவரவர் தாய்மொழி வழியாகத்தான் அமைத்துக் கொள்கின்றனர்.

உலகின் மூன்று நாடுகளில் மட்டும் ஆங்கிலம் ஆட்சி மொழியாக அமைகிறது. இங்கிலாந்து, அமெரிக்கா, ஆசுத்திரேலியா, கீழைநாடுகள், அண்டை மாநிலங்களிலும் அவரவர் தாய் மொழியில்தான் பயில்கின்றனர். ஆனால், நாம் மட்டுமே நம் மொழியை மறந்தோம். மருத்துவம், கலை, பண்பாடு, விளையாட்டு, கல்வி, வேளாண்மை, வணிகம், வழிபாடு அனைத்தையும் இழந்து, இன்று ஒவ்வொன்றிற்காகவும் போராடுகிறோம். போராடிக்கொண்டே உள்ளோம்.

ஒரு செய்திக்காக போராடும் போதே, அடுத்த போராட்டம் நம்மை நெருக்குகிறது! ஒவ்வொரு செய்தியிலும் நாம் நசுக்கப்படுகிறோம். ஏமாற்றப்படுகிறோம்! இதுதான் உண்மை! நம் தமிழ் மொழி மூத்த மொழியாகவும், திராவிட மொழிகளுக்கு எல்லாம் மூலமொழியாகவும் இருந்திருக்கின்றது எனவும், மாந்தன் முதன் முதலில் தோன்றிய இடம் குமரிகண்டமே! எனவும், மொழி ஞாயிறு தேவநேயப் பாவாணர் தம் ஆய்வில் கண்டு நிறுவியுள்ளார். நம் தமிழர்கள் வரலாறு கண்டவர்கள். குறிஞ்சி, முல்லை, மருதம், நெய்தல், பாலை என நிலத்தை பாகுபடுத்தி வாழ்ந்தனர். இலக்கண, இலக்கியங்களைப் படைத்தவர்கள். தமிழே உலகின் முதல் மொழி என்பதற்கு பல சான்றுகள் உள்ளன. முதலில் தோன்றிய மாந்தன் ஒரெழுத்து ஒரு மொழியை ஒலிக் குறிப்பாக பேசியிருப்பார். சைகையாக கருத்தை வெளிப்படுத்தி இருப்பார். விலங்குகள், பறவைகள் போல் கத்தியிருப்பார், இவ்வாறு மொழி வளர்ச்சி பெற்றிருக்கும்.

தமிழில் சுட்டெழுத்து - அ, இ, உ என்ற எழுத்தும், வினா எழுத்து - ஏ, ஏ, யா, ஆ, ஓ என்ற எழுத்துமே இதற்கு சான்று!

இவை அனைத்தும் ஒரெழுத்து ஒரு மொழியாகும். வா, போ, தீ, து, கூ, கா, பா, மா, தை, பை, கை, சை, னை - இவை ஒவ்வொன்றுக்கும் பொருள் உண்டு. நம் மொழி அறிவியல் மொழியாக இருந்திருக்கிறது. கண்களாலேயே உற்று நோக்கி, கணித்து கணியம் கண்டவர் தமிழர்கள். வெப்பக் கதிர் வீசும் கதிர்வன் - ஞாயிறு குளிர்ந்து வீசும் ஒளி திங்கள் - திங்கள் சிவந்து இருக்கும் கோள் செவ்வாய் அறிவுகதிரொளி வீசும்கோள் - அறிவன் (புதன்- புத்தி) வியாழன் பெரிய கோள் - வியாழன். வெள்ளி போல் ஒளிர்வது - வெள்ளி கருப்பு நிறம் உள்ளகோள் - காரி இவ்வாறு கிழமைகளுக்கு பெயராகி வந்துள்ளது. உலகி வருவதால் - உலகு ஞாலம் (தொங்குதல்) - உலகு

மக்கள் தானாகவே ஒரு பொருளுக்கு பெயரிட்டு வழங்கும் இயல்பினராக விளங்கினர்.

மணிலாவினிருந்து வந்து இறங்கியதால் மணிலாக் கொட்டை.

- வேரில் விளைவதால் - வேர்கடலை
- மூக்குப் போன்றிருப்பதால் - மூக்குக்கடலை
- கப்பலில் வந்ததால் - கப்பக்கிழங்கு
- மரம் போன்றிருப்பதால் - மரவல்லிக்கிழங்கு
- குச்சிநடுவில் இருப்பதால் - குச்சிக்கிழங்கு
- ஆலையில் இட்டு அரைப்பதால் - ஆலவல்லிக்கிழங்கு
- வல்லிக் கொடியில் வளர்வதால் - வல்லிக்கிழங்கு
- உருளையாக இருப்பதால் - உருளைக்கிழங்கு
- சீமையில் இருந்து வந்ததால் - சீமை எண்ணெய்
- மண்ணில் இருந்து எடுத்ததால் - மண்ணெண்ணெய்
- நான்கு கால் - நாற்காலி
- மூன்று கால் - முக்காலி
- மிசை (உயரம்) - மேசை
- நன்(செய்) நிலம் - நல்ல நிலம்
- புன் செய் - கரட்டு நிலம்
- புகை விடுவதால் - புகை வண்டி
- தொடர்ந்து வருவதால் - தொடர் வண்டி
- மின்சாரத்தில் இயங்குவதால் - மின்வண்டி
- மிதிப்பதால் - மிதிவண்டி
- இன்னும் பற்பல எடுத்துக்காட்டுகள் உள்ளன.



<https://t.me/SKLINKS>



அறிவு நூற்றுப் பட்டம்!

இந்தத் திருமணப் புகைப்படத்தை, திரை பத்திரிகையில் பார்த்ததுமே, ஆசைத் தம்பிக்கு கோபம் பற்றிக் கொண்டு வந்தது.

திருமணப் புகைப்படத்தில் மணமகளாகவும், மாலையோடும், தாலியோடும் அவள் மாமன் மகள் காந்தா - பழைய பெயர் மங்கள லட்சுமி, யாருடனோ நின்று கொண்டு ஆனந்தமாக சிரித்துக் கொண்டிருந்தாள்.

காந்தா என்று அவள் பெயரை மாற்றிக் கொண்டபோதே மங்கள லட்சுமியின் மேல் அவனுக்குக் கொஞ்சம் சந்தேகம். அவன் மேலுள்ள காதலையும் அவள் மாற்றிக் கொள்வாளா என்று.

அது நடந்து விட்டிருக்கிறது.

நேராக காந்தாவின் பங்களாவை நோக்கி ஆவேசமாகப் போனான், ஆசைத்தம்பி.

மங்களா....! என்று கத்தினான். அவன் கூப்பாட்டைக் கேட்டு, வேலைக்காரர்கள் எல்லோரும் என்னமோ ஏதோ என்று பங்களாவிலிருந்து வெளியே வந்தனர்.

காந்தாவும் அவசரமாய், முதல் மாடி பால்கனியில் வந்து நின்று கீழே பார்த்தாள். என்ன மாமா? ஆசைத்தம்பி மாமா எப்ப வந்தீங்க, ஏன் அப்படி கத்தறீங்க? என்று கேட்டாள், கிண்டலாக.

மங்களா! உன் மேல் நான் எவ்வளவு ஆசை வெச்சிருந்தேன், ஆமாம் அதுக்கென்ன இப்போ? உன் மேல் எனக்கு ஆசைதானே.!

நீ செஞ்ச செயலை பார்த்தா, உன்மேல் யாருக்கு ஆசை இருக்கும், அப்படி என்னப்பா தப்பு பண்ணிட்டேன் நான்? என்ன விட்டுட்டு

யாரோ ஒருத்தனை திருமணம் பண்ணி இருக்கியே நியாயமா?

கனாக் கண்டியா.

“இதப்பாரு!” என்று அவனுக்குப் பத்திரிகையில் வந்த படத்தைத் தூக்கிப்பிடித்து காட்டினான் ஆசைத்தம்பி.

மாடியில் இருந்து கீழே இறங்கி வந்தாள் காந்தா. பத்திரிகையைப் பார்த்ததுமே அவளுக்கு விளங்கி விட்டது.

“திருமண பந்தம்” என்ற அப்போது எடுத்துக் கொண்டிருக்கும் படத்தின் புகைப்படம் அது. காந்தா சிரிசிரி என்று சிரித்தாள், விழுந்து விழுந்து சிரித்தாள்.

அட்டே! இதுக்கா இவ்வளவு கூப்பாடு, கோவம் வேற துள்ளுது, இது நான் நடச்ச படத்தோட புகைப்படம். புகைப்படத்துல கூட இருக்கிற நடிகருக்கு திருமணம் ஆகி நாலு பிள்ளைங்க தடி, தடியா இருக்குது, அதுங்களும் நடிக்குதுங்க.... பத்திரிகையில் வந்த படத்தைப் பார்த்துட்டா என்மேல் ஆத்திரப்படறே?

பக்கத்துல என்ன செய்தி இருக்குதுன்னுப் படி ஆசைத்தம்பி அவசரமாய்ப் படித்து நடிப்புக்காகத்தான் இந்தத் திருமணம் என்பதை அறிந்து கொண்டான்.

மங்களா! இனிமே இப்படி எல்லாம் பத்திரிகையில் உன் படத்தைப் போடவிடாதே. சிரித்த காந்தா, சரி தம்பி. உன் உத்தரவு என்றாள்.

பெண்ணை வெறும் உடலாக மட்டுமே கருதுகிற, சக நடிகர்களை விட இந்த ஆசைத்தம்பி எவ்வளவு மேலானவன் என்று நினைத்து, நினைத்து ஆனந்தப்பட்டாள்!

◆ கவிதைகள்



அழகிய துழி

நீண்ட இடைவெளியில்
சந்திக்க நேர்ந்தால் நலமா?
உதவிபெற்றால்,
நன்றி!
சிரமத்திற்கு,
வருந்துகிறேன்!
ஒற்றைச்சொல்லில்
எத்தனை தொடர்கள்...!
தமிழே, உயிரே வணக்கம்!



- மு. குமரன், பண்ணந்தார்.



என்ன பதில்...?

ஐதீப் பொருத்தம்,
ஐதகப் பொருத்தம்,
ஐதடிப் பொருத்தம்...
எல்லாம்
பார்த்தீர்கள்
குணப்
பொருத்தத்தில்
விட்டீரே..
குடும்பநல
வழக்குமன்றத்தில்
விலக்குக்கேட்டு
நிற்கும் மகளின்
கேள்விக்கு
என்ன
பதில் சொல்ல...?

- க. அருச்சுணன், செங்கல்பட்டு.



இந்தியா...

சிக்கனம்,
சேமிப்பு பற்றிப்பேச
அமைச்சர் வந்தார்...
தனி விமானத்தில்!

- க. அருச்சுணன்.
செங்கல்பட்டு..



அங்கே
அத்தனைகோடி...
இங்கே
இத்தனைகோடி...
ஊழல் பட்டியலைப்
படித்தான் வாக்காளன்
தெருக்கோடியில்
நின்றவாறு!

- சுசீலா. திருநாடுகேஸ்வரம்.

வல்லரசு..?





மனித மூளையின்
மாற்றுத்திட்டம்...
எண்ணங்களுக்கு
சிறகு விரிக்கும்...
தங்கநிழலங்களை
வைரமாக்கும்
அறிவியல் அரங்கம்...
நாளைய உலகின்
ஓற்றை நம்பிக்கை!

- முத்தையாதாசன், சென்னை-24.

கண்ப்பெற்றி...

நும்மைச்சுற்று...



நாம் யாரோடு
சுற்றுகிறோம்...
நம்மை
யாரெல்லாம்
சுற்றுகிறார்கள்...
என்பதைக் கொண்டே
நம்மைப்பற்றி
முடிவுசெய்துவிடுகிறது...
நம் சுற்றமும், நட்பும்!

- சாந்தி, திருவாரூர்.



ஒன்றுவாள்!

ஓவியம்கூட
அசையுமா?
புன்னகையே
கவிதையாகுமா?
அவளைப்பார்த்த
அந்த நிழலம்முதல்
வியப்பாகிறது...
விளங்கவில்லை!
- சாகுல், திட்டக்குடி.

திட்டித் தீர்த்தல்,
கட்டித் தழுவல்,
விட்டு
விலகுதல்...
நிரந்தர
நட்பும் பகையும்
அரசியலில்
இல்லை!
- க. அருச்சுணன்.
செங்கல்பட்டு.

நல்ல நட்பு...



◆ கவிதைகள்

உழைத்தால் வெற்றி நடுவாது!

இரவும் பகலும்
ஓயாமல்
உழைத்தால்தான்
வெற்றியை நடுவாமல்
காக்க முடியும்

கடலில் அலைகள்
ஓயாமல்
அடித்தால்தான்
பெருமையை நடுவாமல்
காக்க முடியும்.

ஆசையும் ஏக்கமும்
ஓயாமல்
எழுந்தால்தான்
விழிப்பை நடுவாமல்
காக்க முடியும்.

எண்ணமும் செயலும்
ஓயாமல்
உழன்றால்தான்
செல்வத்தை நடுவாமல்
காக்க முடியும்.

உண்மை உளத்தில்
ஓயாமல்
விதைத்தால்தான்
புகழினை நடுவாமல்
காக்க முடியும்.

இரண்டு விழிகளும்
ஓயாமல்
இயங்கினால்தான்
காட்சியை நடுவாமல்
காக்க முடியும்.

கடமையை கண்ணென
ஓயாமல்
கருதினால்தான்
நன்மையை நடுவாமல்
காக்க முடியும்.



-தகடுர் தமிழெழிலன், அமைந்தகரை.

அடையாளம் காப்போம்!



மாற்றத்தின் பிரதிபலிப்பில்
தொலைதல் என்பது
தவிர்க்க முடியாமல்
தொடர்ந்து கொண்டிருக்கிறது.

விழுந்து விழுந்து காயம்பட்டு
மிதிவண்டி பழகுவது போல

தொலைந்து தொலைந்துதான்
தேடிக் கொண்டிருக்கிறோம்
எல்லையற்ற இந்தப்பரப்பில்

வருவதற்கும் போவதற்குமான
வழியை மாற்ற முடியாது
இடைப்பட்ட காலத்தில்
சுயத்தை தொலைத்து
சுகத்திற்கான வழியையே
தேடிக் கொண்டிருக்கிறோம்

பரிணாம வளர்ச்சி
புதியனவற்றின் தலை நீட்டம்
மறுக்க முடியாதவைதான்
ஆயினும்
நம் அடையாளங்களைக் கூடாவா?

- நந்தவனம் சந்திரசேகரன்.
உறையூர், திருச்சி

ராமமூர்த்தியும் அவருடைய கட்சி தொண்டர்களும் பரபரப்போடவும், இறுக்கத்தோடவும் இருக்க.... இன்னொரு புறம் சேகரும் அவருடைய கட்சித் தொண்டர்களும் அதே பரபரப்போடவும், பதற்றமாகவும் இருந்தார்கள். அதற்குக் காரணம் இன்னும் அரை மணி நேரத்தில் ஓட்டு எண்ணப்பட்டு தேர்தல் முடிவு தெரிந்துவிடும்.

கூட்டம், கூட்டமாக மக்கள் நின்று ஆர்வமாக பேச ஆரம்பித்தார்கள். 'எந்த முறையும் இல்லாமல் இந்த முறைதான் எதிர்பார்ப்பு அதிகமாக இருக்கு' என ஒருவர் சொல்ல, 'ஏன்' என்று வெளியூர்காரர்



ஆரம்பித்தார். 'இத பாருங்க தலைவரே, வெற்றி, தோல்வி எல்லாம் சாதாரணம். அதுக்காக கோவப்படறதோ, ஆத்திரப்படறதோ பயன் இல்ல' என தொண்டர்கள் சொல்ல, 'நா தோல்வி அடைஞ்சதை பத்திக்கட கவலைப்படல, என் எச்ச பாலை குடிச்சவளர்ந்தவன் கிட்ட தோல்வி அடைஞ்சுட்டோ மேன்னுதான் அவமானமா இருக்கு' என கோபத்தோடு சொன்னார் ராமமூர்த்தி. 'சரி தலைவரே நாளைக்கு பார்க்கலாம்னுச் சொல்லி விட்டு கிளம்பிச் சென்றார்கள் தொண்டர்கள்.

இரவு 12 மணி ராமமூர்த்திக்கு திடீர் என்று தூக்கம் தெளிந்து படுக்கையிலிருந்து எழுந்து, போர்வையால் முகத்தை மூடிக்கொண்டு யாருக்கும் தெரியாமல் தம்பி சேகர் வீட்டுக்கு கிளம்பிச் சென்றார். அங்கு வீட்டு கவர் மீது ஏறி

கட்சிக்காக...

ஒருவர் கேட்க, அண்ணன் ராமமூர்த்தி எதிர்க்கட்சி சார்பாகவும், தம்பி சேகர் ஆளுங்கட்சி சார்பாகவும் தேர்தல்ல நின்னுருக்காங்க. அண்ணன் வெற்றிபெறுவாரா, தம்பி வெற்றிபெறுவாரானு புரியாம மக்கள் தவியா தவிச்சுக்கிட்டு இருக்காங்க, இந்த காலத்துல அண்ணன் என்ன? தம்பி என்ன? எல்லாம் பணம், காசு, பதவிதான் முக்கியம். அது இருந்தாத்தான் மனுசனாகவே மதிக்கிறாங்க, தினமும் செய்தித்தாளில் அண்ணன், தம்பி சொத்துக்காக வெட்டிக்கிட்டு சாகறாங்கன்னு போடுறான் என இப்படி மக்கள் கூடி நின்று பேசிக்கொண்டு இருந்தார்கள்.

அரை மணி நேரம் சென்றது. ஒலிபெருக்கியில் ராமமூர்த்தியை விட சேகர் 20,000 ஓட்டு வித்தியாசத்தில் வெற்றி பெற்றார் என்று அறிவித்தார்கள். உடனே சேகரும் அவருடைய தொண்டர்களும், மகிழ்ச்சி வெள்ளத்தில், பட்டாசு வெடித்து மேளதாளத் தோடு உற்சாகமாக ஆடிப்பாடி மகிழ்ந்தனர். அதை பொறுக்க முடியாமல், வாடிய முகத்துடன் ராமமூர்த்தி விரிரென்று காரில் ஏறி வீட்டுக்குச் சென்றார்.

அங்கு அறையில் உட்கார்ந்துகிட்டு மது அருந்த

குதித்து, மாடி வழியாக ஏறி படுக்கை அறைக்கு போனார், அங்கு ஆழ்ந்து தூங்கிக் கொண்டிருந்த சேகர், டமால்..... என பாத்திரம் உருண்ட சத்தம் கேட்டு, அலறிக் கொண்டு எழுந்து, அண்ணே நீங்களா? ஆமாடா தம்பி, நீ வெற்றி பெற்றதற்கு என்னுடைய மனமார்ந்த வாழ்த்துகள் என சொல்லி கட்டித் தழுவிவாறு சொன்னார். அண்ணே, நீங்க வர்றதை யாராவது பார்த்தாங்களா? யாரும் பார்க்கல என ராமமூர்த்தி சொன்னார்.

அண்ணே, நாம திட்டம் போட்ட மாதிரியே நடந்திடுச்சு, நாம ரெண்டு பேரும் சேர்ந்து செஞ்ச செலவு எல்லாம் வீணாப்போகல. இன்னும் 5 ஆண்டுக்கு பயப்பட தேவையில்லை, அதுக்குள்ள நமக்கு தேவையானதை எல்லாம் செஞ்சுக்கலாம், நமக்கு பணம்தான் முக்கியம். யாரு பதவியில் இருக்காங்கன்றது முக்கியமில்ல, வர்ற லாபத்துல ஆளுக்கு பாதியா பிரிச்சு எடுத்துக்கலாம், இப்படி நாம ஒத்துமையா இருந்தாதான் கடைசிவரைக்கும் நம்ம செயல்ல வெற்றிபெற முடியும். நமக்குள்ள சின்ன போட்டி, பொறாமை வந்துட்டாலே நம்மளுடைய வாழ்க்கைதான் சீரழிஞ்சு போயிடும் என்று சொன்னார் சேகர். அப்படியே தலை ஆட்டினார் அண்ணன் ராமமூர்த்தி.

ஆதாயம்தானே அரசியல் என்று புரிய வைத்தனர் அண்ணன் தம்பிகள்.

பெண் சக்தி

தொண்டி செய்ய வயது தடை இல்லை..



இன்றைய படித்த இளைஞர்களில் பலர் பரந்தமனப்பான்மையோடும், தொண்டி எதிரும்பும் செயல்படுகிறார்கள். வாரிக் உரிமை பெற்றோர்களின் சொத்துக்காக மட்டும் இல்லை. அவர்கள் செய்துவரும் சமூகத் தொண்டிற்கும் தான், என்பதை நிரூபித்துக் கொண்டிருக்கிறார் 21 வயது சுகன்யா மருதுபாண்டி.

திருமண வரவேற்பு ஒன்றிற்கு சென்று திரும்பியிருந்த சுகன்யா பட்டுப் புடவை நகைகளில் மின்னிக் கொண்டிருந்தாலும், உண்மையில் மிகமிக எளிமையானவர் என்பது நம்மை ஆச்சரியத்தில் ஆழ்த்தியது.



தங்கமங்கை | மார்ச் - 2017 | 58



ஞாயிற்றுக்
கிழமைகளில்
ஒவ்வொரு
வாரமும் மெரினா
கடற்கரையில்
பேச்சுத்திறன்
பயிற்சி
வகுப்புகளை
நடத்தி
வருகிறோம்.
கேளம்பாக்கத்தில்
உள்ள
"மணற்சிற்பம்
பயிலகம்"
உடன் சேர்ந்து
நானும்
எனது நண்பர்
கஜேந்திரன்
அவர்களும்
நடத்தி
வருகிறோம்.

அவர் நம்மிடம் பேசியவை....
நான் +2 முடித்தவுடன் செவிலியராக வேண்டும் என என் தாயார் கூறினார். அதன் காரணமாக செவிலியர் பட்டயப்படிப்பு இரண்டு ஆண்டுகள் படித்தேன். நான் கல்லூரியில் முதலாம் ஆண்டு படிப்பை நல்ல முறையில் சிறப்பாக செய்தமைக்காக எனக்கு இரண்டாம் ஆண்டு பட்டயத்தை முதலாம் ஆண்டின் இறுதியிலேயே கொடுத்துவிட்டார்கள். அதனால், நான் படித்த பாரதி பாராமெடிக் கல்வூரியிலே செவிலியர் நிர்வாகப் பிரிவில் வேலைக்கு அமர்த்தப்பட்டேன். கல்லூரியின் அம்பத்தூர் பிரிவில் நிர்வாக அதிகாரியாகப் பணியாற்றினேன்.

பின்னர், ஐடி நிறுவனத்தில் பணியாற்றினேன். இதற்கு இடையில் நான் பாரதி கல்லூரியில் செவிலியர் பிரிவு நிர்வாகப் பிரிவில் பணியாற்றியபோது உணவக மேலாண்மைப் பிரிவில் பணியாற்றிய கஜேந்திரன் அவர்களாடு சேர்ந்து மணற்சிற்பம் செய்யும் பழக்கம் ஏற்பட்டது. என்னுடைய தகப்பனார் மருதுபாண்டி, தாயார் இந்திரா ஆகியோர் 2007 -ஆம் ஆண்டு 'சக்தி நல அறக்கட்டளை'யை நிறுவி நடத்தி வந்தார்கள். எனக்கும் அதில் ஈடுபாடு ஏற்பட்டது.

என் தகப்பனார் இந்த அறக்கட்டளையின் மூலம் பிறருக்கு கேவைப்படும் உதவிகளை

மட்டும் செய்து வந்தார். நான் முயன்று இந்த சக்தி அறக்கட்டளையின் மூலம் "அன்னை இல்லம்" என்று உள்ள முதியோர் இல்லத்தை தத்தெடுத்து அங்கு உள்ளவர்களுக்கு தேவையான உணவு, உடை போன்றவற்றிற்கு எங்களால் முடிந்த பொருளுதவியும், என் நண்பர்கள் மூலமும் இன்ன பிற உதவிகளையும் செய்ய வைத்தேன்.

இப்போது இந்த இல்லத்திற்கு வசதி படைத்தவர்கள், திரைத்துறையினர்கள் தங்களின் பிறந்தநாள் மற்றும் பண்டிகை நாட்களில் அங்கு உள்ளவர்களுக்கு உணவு, உடைகள், இனிப்புகள் வழங்குமளவிற்கு அந்த இல்லத்தை மேம்படுத்தியிருக்கிறேன்.

இதுபோல் ஒரு முதியோர் இல்லம், ஆதரவற்றோர் இல்லத்தில் கவனம் செலுத்தி மேம்படுத்தி அதற்கு தேவையான வசதிகளை கிடைக்கச் செய்கிறேன். "அன்னை இல்லம்" தற்சமயம் போதுமான வசதிகளை கிடைக்கப் பெற்றுவிட்டதன் காரணமாக, அடுத்து மணஞ்சேரியில் "ரேவதி மறுசீரமைப்பு அறக்கட்டளை"க்கு உதவ முன் வந்திருக்கிறேன். இந்த அறக்கட்டளையின் மூலம் முதியோர் இல்லம் நடத்தப்படுகிறது. முதலில் பதிமூன்று வயதானவர்கள் இருந்த இந்த இல்லத்தில் தற்போது எட்டு வயதானவர்களை உள்ளனர். காரணம் அவர்களுக்கு தேவையான வசதிகள் கிடைக்கப் பெறாததுதான்.

நான், அதற்கான முயற்சியாக எங்கள்



அறக்கட்டளை மூலம் ஓரளவு உணவு, உடை கிடைக்க ஏற்பாடு செய்திருக்கிறேன். பண்டிகை காலங்களில் குறிப்பாக தீபாவளிக்கு உடைகள், இனிப்பு, பட்டாசுகள் வழங்கினேன். இதற்கான முழு செலவையும் என்னுடைய சம்பளத்தில்தான் செய்கிறேன்.

எங்கள் ‘‘சக்தி நல அறக்கட்டளையில் முப்பது நபர்கள் உறுப்பினர்களாக இருந்தாலும், அவர்களிடம் எந்தக் கட்டணமும் வசூலிக்கப்படுவதில்லை. மேலும், நான் 2015 -ஆம் ஆண்டு ஜூலை மாதம் சென்னை மெரினாவில் ‘‘புற்றுநோய் விழிப்புணர்வு நிகழ்ச்சி’’ நடத்தி, எங்களின் அறக்கட்டளை சார்பில் அரசு பொது மருத்துவமனையில் புற்றுநோய் பிரிவில் ரோடியாலஜி துறையில் நோயாளிகளுக்கான மருந்து, பழங்கள் கொடுத்து உதவினேன்.

அதேபோல், 2015 - ஆம் ஆண்டு டிசம்பர் மாதம் சென்னையில் ஏற்பட்ட வெள்ளப்பெருக்கால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு ‘‘சக்தி நல அறக்கட்டளை’’ மூலம் உதவிகள் செய்தேன். மேலும், கேரளாவில் இயங்கிவரும் ‘‘மாத்தூ பூதம் அறக்கட்டளை’’யிலும் மூன்று முதல் நான்கு லட்ச ரூபாய் மதிப்பிலான பொருட்களை பெற்று சென்னையில் வெள்ளம் பாதித்த பகுதிகளில் உள்ளவர்களுக்கு விநியோகம் செய்தேன். அதே போல், வேறு சிலர் கொண்டு வந்த உதவிப் பொருட்களை எங்கள் அறக்கட்டளையில் வைத்து தேவைப்படுவோருக்கு கொடுத்து உதவ இடம் கொடுத்தோம்.



மாணவர்களின் ஜல்லிக்கட்டு போராட்டத்தின் போது, ஐநூறுக்கும் மேற்பட்டவர்களுக்கு உணவு சமைத்து கொண்டு கொடுத்தோம். மேலும், அதுகுறித்து விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தும் வகையில்

மணற்சிற்பம் வரைந்து நாங்களும் (நானும் எங்களது அறக்கட்டளை உறுப்பினர்கள் மற்றும் நண்பர்கள்) அதில் கலந்து கொண்டோம்.

ஞாயிற்றுக்கிழமைகளில் ஒவ்வொரு வாரமும் மெரினாகடற்கரையில் பேச்சுத்திறன் பயிற்சி வகுப்புகளை நடத்தி வருகிறோம். கேள்யாக்கத்தில் உள்ள ‘‘மணற்சிற்பம் பயிலகம்’’ உடன் சேர்ந்து நானும் எனது நண்பர் கஜேந்திரன் அவர்களும் நடத்தி வருகிறோம்.

ஞாயிற்றுக்கிழமை ஒவ்வொரு வாரமும் நடைபெற்று வரும் பயிற்சி வகுப்பு முழுக்க முழுக்க இலவசமாக நடத்தப்படுகிறது. இதில் கலந்து கொண்டு பயிற்சி பெற விரும்புவர்கள் ஞாயிற்றுக்கிழமை காலை 6.30 - மணிக்கு காந்திசிலை அருகில் வந்து சேர்ந்துகொள்ளலாம். மேலும், என்னுடைய தொலைபேசியின் (9840799823) - என்ற எண்ணுக்கு தொடர்பு கொண்டு விவரம் அறிந்து வகுப்புகளில் சேர்ந்து கொள்ளலாம்.

மேலும், செவிலியர், உணவக மேலாண்மை படிக்க விரும்புவவர்கள்(9840799823) என்னைத் தொடர்பு கொண்டால் அவர்களுக்கு தேவையான வழிகாட்டுதல் மற்றும் கல்லூரியில் இடம் பெற்றுத் தர நாங்கள் ஆவண செய்கிறோம்.

என்னுடைய இந்த இருபத்தோரு வயதில் ஆதரவற்றோர் இல்லம் அல்லது முதியோர் இல்லத்தை நிர்வகித்து நடத்துவது கடினம் என்ற காரணத்தினால் என் சம்பளம் பணத்தில் ஒரு செவிலியர் படிக்கும் மாணவர், உணவக மேலாண்மை படிக்கும் மாணவரை தேர்ந்தெடுத்து அவர்களுக்கான செலவை ஏற்றுக்கொள்கிறேன். இனிவரும் காலத்தில் ‘‘சக்தி நல அறக்கட்டளை’’யின் மூலம் அதிக எண்ணிக்கையிலான மாணவர்களுக்கு உதவுகிறோம்.

‘‘மூர்த்தி சிறிதானாலும் கீர்த்தி பெரிது’’ என்ற சொல்வதற்கு ஏற்ப இன்றைய இளைஞர்களில் எடுத்துக்காட்டாக விளங்குவவர்களில் ககன்யா மருதுபாண்டியையும் சேர்க்கலாம். வயது சிறிதானாலும், வார்த்தைகளிலும், செயல்களில் முதிர்ச்சியும், பிறர் நலம் பேணும் எண்ணமும் பளிச்சிட்டது அவரிடம்.



‘‘உன் நாத்தனார் மருத்துவப் பரிசோதனைக்குப் போனா... நீயும் உடனே பரிசோதனைக்கு போயே ஆகணும்னு அடம் பிடிச்சியாமே!’’
 ‘‘ இதுவ என்ன தப்பு..... எங்களுக்குள்ளே ஆரோக்கியமான போட்டி நடக்குது.’’
 ரெ. இராமன்,சென்னை.

சிறுகதை

கா.கவிப்ரியா கார்த்தி கஞ்சனூர்

பரிசோதனை நன்றாக வந்திருக்கு, நீங்க கர்ப்பமா இருக்கீங்க நித்தியா என மருத்துவர் சொன்னதிலிருந்து நித்யாவுக்கு தலைகால் புரியாத அளவுக்கு மகிழ்ச்சி.வீட்டுக்கு விரைந்தாள் கணவன் விமலிடம் செய்தியை பகிர்ந்தாள் அவனின் சிறுபுன்னகை மட்டும் பதிலாக வந்ததில் கொஞ்சம் ஏமாற்றம்தான்.

நித்யாவுக்கு,பக்கத்து வீட்டு பனிமலர் இவளின் நெருக்கமான தோழி இருவரும் நிறைய செய்திகளை பகிர்ந்து கொள்ளும் அளவுக்கு நெருக்கம்.

பனிமலர் இன்று மருத்துவமனைக்கு போயிட்டு வந்தேன்...

என்ன ஆச்சு நித்தி உடம்புக்கு ஏதாவது முடியலயா?எல்லாம் நல்ல செய்திதான் சிரித்து கொண்டே சொல்லிவிட்டு வெட்கத்தில் தலைகுனிந்தாள் நித்யா...

நித்தி உண்மையாகவா.... வாழ்த்துகள்டா என கூறிவிட்டு அவள் காதருகே நித்தி

நானும் மூன்று மாசம் என பனிமலர் சொன்னதுதான் தாமதம் இருவரும் கலகலவென சிரித்து திர்த்தனர்.

அதற்கு பின் இருவரும் கர்ப்ப காலத்தை ரசித்தும் உடல் தொந்தரவுகளை சுகமாய் அனுபவித்தும் கடக்கத் துவங்கியிருந்தனர்.

ஒவ்வொரு நாளும் பனிமலரை அவள் கணவர் அன்பாகவும், அக்கறையாகவும், ஆறுதலாகவும் நடத்துவதை பார்க்கும் போது நித்யாவின் மனம் கனத்துப் போகும், காரணம் விமல்.

இவளிடம் அந்த அளவுக்கு அன்பு செலுத்தாததுதான். பழங்கள் வாங்கி வந்து தருவதோடு சரி மற்றபடி நித்யா உடம்புக்கு முடியாமல் படுத்திருந்தால் கூட விமல் கண்டு கொள்ள மாட்டான்,பனிமலரின் கணவனுடன் விமலை ஒப்பிட்டுப் பார்த்து பார்த்து உள்ளம் பொங்கி கரைந்தாள்.ஏண்டா கர்ப்பமானோம் என்று தனக்குத் தானே நொந்து கொண்டாள். தன்னிடம்



அன்பாக இருங்க என்று சொல்லவா முடியும், அப்படி சொல்லி பெறுவதா அன்பும் பாசமும், தான் கொடுத்து வைத்தது அவ்வளவுதான் என்றெண்ணி மனதை தேற்றிக் கொண்டாள்.

ஒன்பதாவது மாதம் பிறந்த வீடு செல்ல துணிமணிகள் மருந்துகள் சுகிதமாய் புறப்பட ஆயத்தமாகிக் கொண்டிருந்தாள். அவளை அழைத்து செல்ல அவள் அப்பாவும்,அம்மாவும் கிராமத்திலிருந்து வந்திருந்தார்கள். விமலும் கடைக்கு விடுப்பு எடுத்திருந்தான்.விமல், தன் மாமனார் அருகில் அமர்ந்து கொண்டு மாமா,நித்யாவுக்கு கிராமத்தில் எந்த மருத்துவமனையில் பிரசவம் பார்க்க இருக்கீங்க?என்ன மாப்ள இப்படி கேட்டுட்டீங்க,அரசு மருத்துவமனையில் தான் தனியார் மருத்துவமனையில் சேர்த்து பிரசவம் பார்க்க என்னிடம் ஏது மாப்ள அவ்வளவு பணம்...

மாமா நான் ஒண்ணு சொன்னா தவறா நினைக்க கூடாது. நித்யா கர்ப்பமா இருக்கேன்னு சொன்ன நாளிலிருந்து கடையில் கூடுதலா வேலை பார்த்து ஐம்பதாயிரம் பிரசவ செலவுக்காக சேர்த்து வச்சிருக்கேன். அவளுக்கென்று நான் எதுவுமே செய்யல. இங்க வறுமையில் வாடிதான் வாழ்க்கையை நடத்துறோம். அரசு மருத்துவமனையில் சரியா கவனிக்க மாட்டேங்கறாக. பிரசவமாவது பெரிய மருத்துவமனையில் எல்லா வசதிகளுடனும் அவ குழந்தை பெத்துக்கணுன்னு எனக்கு ஆசை.இங்க உள்ள பெரிய மருத்துவமனையில் விசாரிச்சிட்டேன். அதனால் பத்து நாள் கிராமத்துல வச்சிருந்திட்டு அவளுடன் நீங்களும் இங்கயே வந்திடுங்க மாமா என்றான் விமல்.

உள்ளிருந்து விமல் பேசியதை கேட்டுக் கொண்டிருந்த நித்யா கண்கலங்கி நின்றாள்.தன் மீது இவ்வளவு பாசம் வைத்திருக்கும் தன் கணவனை தவறாகப் புரிந்து கொண்டோமே என வருந்தினாள்,என்ன நித்யா தயாராகிட்டியா என கேட்டுக் கொண்டே அறைக்குள் நுழைந்த கணவனின் தோளில் ஓடிப் போய் சாய்ந்து கொண்டாள். என்ன நித்தி ஏன் கண்கலங்குற?அன்பும் பாசமும் அப்பப்போ வெளிப்படுத்தி கொண்டே இருந்தால்தான் இருக்கும் என்றல்ல, பனிமலரின் கணவர் போல எனக்கு அடிக்கடி வெளிகாட்டத் தெரியவில்லை என்றாலும் மனதுக்குள் நிறையவே இருக்கு என சொல்லி,விமல், நித்யாவின் தலையை வருட நித்யா கண்களிலிருந்த கண்ணீர்த் துளி விமலின் தோள்பட்டையை நனைத்தது. அது ஆனந்த கண்ணீர் துளியாய் இருக்கலாம்...



எஸ்.ஐ.சி.யிலிருந்து “ரத்தினங்கள்”

செப்டம்பர் 1, 1956-ல் துவக்கப்பட்ட எஸ்.ஐ.சி. நாட்டிலுள்ள ஒவ்வொருவரின் மனதையும் ஏதாவது ஒரு வகையில் தொடர்புபடுத்தியது என்று சொன்னால் மிகையாகாது. கடந்த 60 ஆண்டுகளில் 70 கோடிக்கும் மேலான மக்களுக்கு தனது பல்வேறு திட்டங்களின் மூலம் காப்பீடு அளித்துள்ளது. இவ்வருடம் எஸ்.ஐ.சி. தனது வைர விழாவைக் கொண்டாடுகிறது.

ஒரு புதிய வைரம்

புது உத்திகள் மற்றும் புது திட்டங்களின் மூலம் நாட்டின் வளர்ந்து வரும் மக்கள் தொகைக்கு ஏற்ப காப்பீட்டுப் பாதுகாப்பு வழங்கி வருகிறது. அதன் வழியில் “பீமா டயமண்ட்” என்னும் புதிய திட்டத்தை செப்டம்பர் 15, 2016 அன்று அறிமுகப்படுத்தியுள்ளது. எஸ்.ஐ.சி.யின் இந்த பிரபலமான திட்டத்தின் சிறப்பம்சங்களை சுருக்கமாக அறிந்துகொள்வோம்.

இத்திட்டம் ஆகஸ்டு 31, 2017 வரை மட்டுமே கிடைக்கும். இப்போது பிரபலமாக உள்ள திட்டங்கள் பலவற்றின் சிறப்பம்சங்களான பண மீட்சி, நீட்டிக்கப்பட்ட காப்பீடு, ஆட்போ கவர், விசுவாசத் தொகை, விபத்துக் காப்பீடு மற்றும் திறனிழப்புக் காப்பீடு போன்றவற்றைக் கொண்டுள்ளது. இவை தவிர மற்ற திட்டங்களைப் போல் கடன் வசதி, ஒப்புவித்தல், இறப்பு மற்றும் முதிர்வுப் பயன்களும் உண்டு.

பாலிசிபின் சிறப்பம்சங்களை அறிந்து கொள்ள சில தகவல்கள் கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ளன.

- * 14 வயது மற்றும் அதற்கு மேல் உள்ளவர்கள், 50 வயது வரை கீழ்த்திட்டத்தைப் பெறலாம். வயதுக்குரிய சான்று அவசியம்.
- * நேர்நடைபெறக்கூடிய காலம் வரை பிரீமியம் செலுத்தப்பட வேண்டும்.
- * பாலிசியின் குறைந்தபட்ச காப்பீட்டுத் தொகை ரூ.1,00,000 மற்றும் அதிகபட்ச காப்பீட்டுத் தொகை ரூ.5,00,000 நேர்நடைபெறக்கூடிய அடிப்படையில் காப்பீட்டுத் தொகைக்கேற்ப பிரீமியம் கிடைக்கும்.
- * பிரீமியத்தை மாத, காலாண்டு, அரைபாண்டு மற்றும் ஆண்டுத் தவணைகளில் செலுத்தலாம்.

முதிர்வின் போது பெறப்பட வாழ்வுக் காலப்பயன் (காப்பீட்டுத் தொகையின் குறிப்பிட்ட சதவிகிதம்) கழித்த காப்பீட்டுத் தொகை மற்றும் விசுவாசத் தொகை, ஏதேனும் இறந்தால் அத்துடன் சேர்த்து வழங்கப்படும்.

இறப்புப் பயனாக கீழ்க்கண்டவாறு வழங்கப்படும்

பாலிசி தொடங்கிய முதல் 5 வருடத்திற்குள் இறப்பு நேர்ந்தால் அடிப்படைக் காப்பீட்டுத் தொகை வழங்கப்படும். ஐந்து வருடங்கள் கழித்து முதிர்வுத் தேதிக்கு முன் இறப்பு நேர்ந்தால் அடிப்படைக் காப்பீட்டுத் தொகையுடன் விசுவாசத் தொகையும் (ஏதேனும் இறந்தால்) சேர்த்து வழங்கப்படும்.

நீட்டிக்கப்பட்ட காப்பீட்டுப் பயன்

நீட்டிக்கப்பட்ட காப்பீட்டுப் பயன், இப்பாலிசியின் சிறப்பம்சமாகும். பாலிசி முதிர்வு பெற்று முதிர்வுப் பயன் பெற்ற பிறகு, பாலிசி காலத்தின் பாதிக்காலம் மற்றும் காப்பீட்டுத் தொகையின் பாதி தொகைக் காப்பீடு அளிக்கப்படுகிறது. இக்காலத்தில் இறப்பு நேர்ந்தால், அடிப்படைக் காப்பீட்டுத் தொகையின் பாதி வழங்கப்படும். பாலிசி காலம் 16, 20 மற்றும் 24 வருடங்கள். ஆனால் பிரீமியம் செலுத்தும் காலம் முறையே 10, 12 மற்றும் 15 வருடங்கள். ஆனால் முதிர்வு வயது 66 வயதைத் தாண்டக்கூடாது. அதாவது 50 வயதுள்ள ஒருவர் 16 வருட காலம் உள்ள பாலிசியே எடுக்க முடியும். பாலிசி தொடங்கி மூன்று வருடங்கள் முடிந்த பின் கடன் வசதி உண்டு. பாலிசி தொடங்கி மூன்று வருடங்கள் முடிந்த பின் சில வரைமுறைகளுக்கு உட்பட்டு பாலிசியை ஒப்புவிக்கலாம்.

பணமீட்சிப் பயன்கள்

பிரபலமான மணிபேக் அம்சத்துடன் இத்திட்டம் அமைந்துள்ளது. ஒரு குறிப்பிட்ட காலம் கடந்தவுடன் அதாவது 16 வருட பாலிசி காலத்திற்கு அடிப்படைக் காப்பீட்டுத் தொகையின் 15% நான்கு, எட்டு மற்றும் 12 வருடங்களின் முடிவில் பாலிசிதாரருக்கு வாழ்வுக்காலப் பயனாக வழங்கப்படும். 20 வருட பாலிசி காலத்திற்கு அடிப்படைக் காப்பீட்டுத் தொகையின் 15% நான்கு, எட்டு, 12 மற்றும் 16 வருடங்களின் முடிவில் வழங்கப்படும். 24 வருட பாலிசி காலத்திற்கு 12% காப்பீட்டுத் தொகை



4, 8, 12, 16 & 20, வருட முடிவில் வழங்கப்படும். மற்ற திட்டங்களைப் போலவே, விபத்துக் காப்பீட்டுத் தேர்வு, செயல்திறன் இழப்புத் தேர்வு மற்றும் டெம் காப்பீட்டுத் தேர்வு ஆகியவையும் உண்டு.

எக்காலத்திலும் சிறந்த எண்டோவ்மெண்ட்

பல ஆண்டுகளாக வழங்கப்பட்டு வரும் “எஸ்.ஐ.சி.யின் புதிய எண்டோமெண்ட்” திட்டமும் எஸ்.ஐ.சி.யின் பிரபலமான திட்டங்களில் ஒன்று. இது லாபத்தில் பங்கு பெறும் (போனஸ்) திட்டம் (பங்குச் சந்தை சாராதது). பாதுகாப்பு மற்றும் சேமிப்பு ஆகிய இரண்டும் சேர்ந்த திட்டம். பாலிசிதாரர் பாலிசி முதிர்விற்கு முன் இறக்க நேர்ந்தால் குடும்பத்திற்கு பொதுளாதார உதவி கிடைக்கிறது. பாலிசிதாரர் முதிர்வுக்காலம் வரை உயிரோடிருந்தால் முதிர்வின் போது தொகைத் தொகை வழங்கப்படுகிறது. இடைபட்ட காலத்தில் பணம் தேவைப்பட்டால் கடன் வசதியும் உண்டு.

பயன்கள்

அனைத்து பிரீமியங்களும் செலுத்தப்படாததால் முதிர்வின் போது அடிப்படைக் காப்பீட்டுத் தொகையுடன் சேர்ந்த போனஸ் மற்றும் இறுதி கூடுதல் போனஸ், ஏதேனும் இறந்தால் சேர்த்து தொகையாக வழங்கப்படும். பாலிசி நடப்பில் இறந்தால் மட்டுமேபோனஸ் வழங்கப்படும். சில வரைமுறைகளுக்குட்பட்டு, இறுதி கூடுதல் போனஸ் தொகை அறிவிக்கப்படும்.

பாலிசிகாலத்தில் இறப்பு நேர்ந்தால், பிரீமியம் அனைத்தும் செலுத்தப்படாததால், இறப்பின் போது காப்பீட்டுத் தொகை எனக் குறிப்பிடப்பட்ட தொகை போனஸ் மற்றும் இறுதி கூடுதல் போனஸ் (ஏதேனும் இறந்தால்) ஆகியவற்றுடன் சேர்த்து வழங்கப்படும். ஆண்டுப் பிரீமியத்தின் 10 மடங்கு இறப்பின் போது காப்பீட்டுத் தொகையாக வழங்கப்படுகிறது. கூடுதல் பிரீமியம் செலுத்தி விபத்துக் காப்பீடு மற்றும் செயல் திறனிழப்பு காப்பீடு ஆகியவற்றை விடப்பத் தேர்வாகப் பெற்றுக்கொள்ளலாம். விபத்தின் மூலம் இறப்பு நேர்ந்தால், இறப்புப் பயனோடு, விபத்துக் காப்பீட்டுத் தொகையும் வழங்கப்படும். விபத்தின் மூலமாக செயல் திறனிழப்பு ஏற்பட்டால், விபத்துக் காப்பீட்டுத் தொகை 10 வருடங்களுக்கு மாதத் தவணையில் வழங்கப்படும். மேலும் பிரீமியம் செலுத்துவதிலிருந்து விலக்கு அளிக்கப்படும்.

பாலிசி எடுக்கத் தேவையான தகுதிகள் மற்றும் நிறுபு வரைமுறைகள்

குறைந்தபட்ச காப்பீட்டுத் தொகை ரூ.1,00,000 அதிகபட்ச காப்பீட்டுத் தொகைக்கு உச்சவரம்பு இல்லை. அடிப்படைக் காப்பீட்டுத் தொகை ரூ.5,000-ன் மடங்குகளாக இருக்க வேண்டும். குறைந்தபட்ச நுழைவு வயது 8 வயது (முடிந்த வயது) மற்றும் அதிகபட்ச நுழைவு வயது 55 வயது (பிறந்ததாள் அண்மையில்). அதிகபட்ச

முதிர்வு வயது 75 வயது (பிறந்ததாள் அண்மையில்). குறைந்தபட்ச பாலிசி காலம் 12 ஆண்டுகள் மற்றும் அதிகபட்ச பாலிசிகாலம் 35 ஆண்டுகள்.

எஸ்.ஐ.சி. யின் விபத்துக் காப்பீடு மற்றும் செயல் திறனிழப்புப் பயன் விசுவாசத்தேர்வு

18 வயது (முடிந்த வயது) முதல் 70 வயது வரை உள்ளவர்கள் மேற்குறிப்பிட்ட பயன்களை தேர்வு செய்யலாம். குறைந்தபட்ச விபத்துக் காப்பீடு ரூ.1,00,000 மற்றும் அதிகபட்சம் ரூ.50 லட்சம் (இதுவரை பாலிசிதாரர் பெயரில் உள்ள அனைத்து பாலிசிகளுடன், இப்போது எடுக்கவுள்ள புது பாலிசி வரை).

பிரீமியம் செலுத்தும் முறை

பிரீமியத்தை ஆண்டு, அரைபாண்டு, காலாண்டு மற்றும் மாத தவணைகளில் அல்லது சம்பளப் பிடித்தம் மூலமாக செலுத்தலாம். மூன்று ஆண்டுகள் முழுமையாக பிரீமியம் செலுத்தி யிருந்தால் கடன் அல்லது ஒப்புவித்தல் செய்யத் தகுதி பெறும். *





முதலில் உங்களை நேசியுங்கள்!

ஆனந்தி



வாழ்க்கையில் தனக்கென்று ஒரு தனி இடத்தைப் பிடித்தவராகட்டும், மிக மகிழ்ச்சியாக வாழும் நபராகட்டும் முதலில் தங்களை தாங்களாகவே நேசிக்கக் கற்றுணர்ந்த ஒருவராகத்தான் இருந்திருக்கிறார்கள் அல்லது இருந்திருக்க முடியும்...முதலில் உங்களை நீங்களாகவே நேசிக்கக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள்...வெற்றி உங்களிடம் மண்டி இடும்....யாரும் யாருக்கும் அடிமை இல்லை....உங்களுக்கு நிகர் இங்கு எவரும் இல்லை என்ற தாரக மந்திரத்தை நினைவில் கொள்ளுங்கள்... தன்னம்பிக்கை என்பது உங்கள் மீது நீங்களாகவே வைத்துக் கொள்ளும் ஒரு விதமான பற்றுத் தன்மை...தன்னம்பிக்கை தான் வெற்றியின் மிகப் பெரிய ரகசியம்...என்னால் முடியாது என்ற தாழ்வு மனப்பான்மையை விட்டொழியுங்கள்...

நீங்கள் என்னவாக வேண்டும் என்பதை உங்கள் ஆழ் மனதிலும் முதலில் பதிவிடுங்கள்...ஆழ்மனமே வெற்றிக்கான புறக்காரணிகளை ஏற்படுத்தி வழிகாட்டி வலுப்பெறச் செய்யும்... உயர்ந்தக் கொள்கையோடு செயற்படுங்கள்....நம் வாழ்வின் ஒவ்வொரு செயலுக்கும் நாமே பொறுப்பாளிகள்... சூழ்நிலையையோ, மற்றவர்களையோ, சமூகத்தையோ குறை கூறுவது பொறுத்தமற்ற செயல்...நான் இப்படி செய்து விட்டேன்...மற்றவர்கள் என்ன நினைப்பார்கள் என்ற எண்ணத்தை முதலில் கைவிடுங்கள்....நூறு விழுக்காடு நல்லவர் என்று யாரும் இங்கு இல்லை....

உங்களுக்கு புரியும்படி சொல்ல வேண்டுமெனில் செய்யும் செயலை துணியோடு செய்யுங்கள்....உங்களது தன்னம்பிக்கை வலுப் பெறும்.....தாங்கள் என்னவாக வேண்டுமென்பதை முதலில் தீர்மானித்துக் கொள்ளுங்கள்...பிறகு தன்னம்பிக்கையோடு, அந்த இலக்கை அடைந்துவிட்டதாக எண்ணி தினமும் ஐந்து நிமிடங்கள், மனக்கண்ணில் ஒளிப்படமாய் ஒட்டிப்பாருங்கள்....நிச்சயம் ஒரு நாள் உண்மையாகும்....வெற்றியை அடைந்தே தீருவீர்கள்... செய்து முடிக்க இயலுமா? என்று நினைக்காதீர்கள்....செய்து முடித்தே தீருவேன் என்ற நம்பிக்கையோடு எண்ணுங்கள்... செயல்படுங்கள்....நானை மட்டுமல்ல....இந்த நொடியும் உங்களுடையதே....

வசத்க்கு ஏற்ப...

மலர்மதி

மருத்துவர் சீதாராம் மருத்துவமனை.ஒவ்வொரு நோயாளியாக உள்ளே அழைத்துக் கொண்டிருந்தாள் புதிதாய் வேலைக்குச் சேர்ந்த செவிலியர் நளினா.

தொழிலதிபர் ஒருவர் கழுத்தில் தங்கச் செயின் மின்ன டாக்டர் முன் வந்து அமர்ந்தார்.

அவரைப் பரிசோதித்த மருத்துவர் சீதாராம், சில மருந்துகளை எழுதிக் கொடுத்தார்.

“கட்டணம் எவ்வளவு சார்?” என்று தொழிலதிபர் கேட்க, “இரு நூறு.” என்றார் மருத்துவர்.

அவர் கொடுத்துவிட்டு வெளியேறினார்.

நளினாவுக்கு ஒரே குழப்பம்.இந்த ஏரியாவில் எந்த மருத்துவரும் நூறு ரூபாய்க்கு மேல் கட்டணம்

வாங்குவதில்லை. அப்படி இருக்க, இவர் மட்டும் ஏன் இப்படி கொள்ளை அடிக்கிறார்?

அவளருடைய கேள்விக்கு வெகு சீக்கிரமே பதில் கிடைத்தது. அடுத்து வந்த நடுத்தர ஆசாமியிடம் நூறு ரூபாயும், அவரைவிட வசதி குறைவான நோயாளியிடம் ஐம்பது ரூபாயும் வாங்கியவர் மிகவும் ஏழ்மை நிலையில் இருந்தவருக்கு இலவச சிகிச்சையும் அளித்து அனுப்பி வைத்தபோது மருத்துவர் சீதாராம் மீது இருந்த கடுப்பு குறைந்து மதிப்பும், மரியாதையும் பிறந்தது செவிலியர் நளினாவுக்கு.





உள்ளங்கள்

✍ 'சுத்திகரிக்கப்பட்ட எண்ணெய் நல்லதா? என்று நாம் பயன்படுத்தும், எண்ணெய் பற்றிய விழிப்புணர்வு செய்தி பயனுள்ளதாக இருந்தது.

- உஷாமுத்துராமன், திருநகர்.

✍ ஓர் அரிய மருத்துவ - விழிப்புணர்வு சிறப்பு இதழ் போல இருந்தது.

- ச. பொருநை பாலு, திருநெல்வேலி

✍ சேலம் பத்மபரியாவின் பிப்ரவரி மாதத்திற்கான விளக்கம் வியக்க வைத்தது.

அ. சம்பத், திருவரங்கம்.

✍ கவிதைகள் ஒவ்வொன்றும் தேனில் நனைத்த பலாச்சுளைகளாய் இனிமை சேர்த்தன.

- ஃபயாஸ் , குடியாத்தம்.

✍ உயர்ந்த லட்சியத்திற்காக பண்பாட்டு பாராம்பரியத்தை நிலைநாட்டப் போராட்டங்கள் நிச்சயம் வெல்லாம். என்பதை ஆணித்தரமாய் உணர்த்தியது 'தைப்பூரட்சி சொல்லும் செய்தி' கட்டுரை.

- சாகுல், திட்டக்குடி.

✍ ஆசனங்கள் தினமும் ஒரு மணி நேரம் மூச்சுப்பயிற்சிகள் மற்றும் தியானம் செய்து வந்தால் எதிர்காலத்தில் வரப்போகிற பிரச்சனைகளில் இருந்து பாதுகாத்துக் கொள்ளவும், ஆரோக்கியமாக வாழவும், எழுதிய மருத்துவர் பிரியங்கா அவர்களின் ஆசனங்கள் ஒரு அறிமுகம் அருமை.

- ம. சாந்தாமணி, சேலம்.

✍ மூளை சரிவர இயங்க ஆறுவகையான கவையும் நிறைந்த உணவுப் பொருட்களின் விபரங்கள் மிகவும் பயனுள்ளதாகும். மற்றும் அளவோடு ஆறு கவைகளையும் உணவில் சேர்த்துக் கொண்டால் ஆரோக்கியம் என்று புரிய வைத்தது இயற்கை மருத்துவம் பகுதி.

- சூ. தீர்மல்ராஜ், மல்லசமுத்திரம்.

✍ ஒருதாயின் அலறலும், வஞ்சினமும் என்ற தலைப்பில் சாகுபடி பொய்த்தது. அதனால் உழவரெல்லாம் சாகுபடி ஆனது என்ற உண்மை வரிகளும் மக்களுக்கான சட்டமா? சட்டத்திற்காக மக்களா? குடியாட்சியா? சர்வதிகார ஆட்சியா? குடிமக்களைக் காக்கும் காவலர்கள், இனி யாரைக் காக்கப்போகின்றனர் என்ற இறைபொற்கொடி அவர்களின் நியாமான கேள்விகளும் சிந்திக்க வைத்தது.

- இரா. மீனாகுமாரி, கோடுசெட்டிபாளையம்.

✍ சமையலறை மருத்துவம் பகுதியில் மிளகு பற்றி படித்தேன். பத்து மிளகை வைத்துக் கொண்டு பகைவன் வீட்டில் கூட உண்ணலாம் என்பதற்கேற்ப பத்துக்கு மேற்பட்ட பயன்களையும் அதே எண்ணிக்கையில் எப்படி பயன்படுத்துவது என்றும் கூறியுள்ளீர்கள். இவை எங்கள் வீட்டில் தினமும் ஏதோ ஒரு உணவில் நிச்சயம் இடம் பெற செய்யவேண்டும்.

- சாந்தி, திருவாரூர்.

✍ 'மாதர்தம்மை இழிவு செய்யும் மடமையைக் கொளுத்துவோம்' என்றார் பாரதியார். 'அச்சமும் மடமையும் இல்லாப் பெண்கள் அழகிய தமிழ்நாட்டின்

✍ "ஆறு கவைகளும் அரிய பயன்களும்" ஒவ்வொரு கவைக்குமான சிறப்புத் தன்மைகளை அறியத்தந்தது. "மிளகு" மூர்த்தி சிறிதென்றாலும், "கீர்த்தி" பெரிது என்பது போல் எத்தனையோ மருத்துவக் குணங்கள் நிறைந்து திகழும் அற்புத மருந்து 'மிளகு' என்பதை அறிந்தோம்.

- வளர்மதி, கன்னியாகுமரி.

✍ வாழ்நாள் முழுவதும் மகிழ்ச்சியே, கட்டுரை பயனுள்ளது. கணவன் - மனைவிக்கு கவுன்சிலிங் கொடுத்தது போல இருந்தது. நினைத்ததை முடிக்க தொடர் முயற்சி, மனதாரியம், இலக்கை அடைந்தே தீருவது என்ற தன்னம்பிக்கை இருந்தால் போதும். மேனிலைத் தேர்வுகள் ஆரம்பமாகின்ற இந்த நேரத்தில், காலமறிந்து வெளியிட்டதற்கு பாராட்டுகள்.

- சிருஷ்ணவேணி, மாலூர்.

✍ குழந்தைகளுக்கு பிடித்த உருளைகிழங்கு 30 வகைகள் அருமை. அவற்றில் இரண்டுவகை சமைத்து பார்த்தோம் கவை நன்றாக இருந்தது.

- இரா. ஜான்சிராணி.

✍ ஆறு கவைகளும் அரிய பயன்களும் படித்து ஆராய்ந்ததில், பயன்தரும் உணவானாலும் அளவுக்கு அதிகமாக உட்கொண்டால், ஏற்படும் பின்விளைவுகளையும் அறிந்து பாராட்டும்படியாக அமைந்தது.

- ம. இலக்கியா, கோவை.

✍ கடுகு சிறுத்தாலும்.. காரம் குறையாது.. கூறும் 'மிளகு' பற்றிய மருத்துவ குறிப்பு மிகவும் பயனுள்ளதாக காணப்பட்டது. காதலர் தினம் முன்னிட்டு வெளியிட்ட கவிதைகள் அனைத்தும் சிறப்பாகும்.

- திருச்சிறறம்பலம்சுரேஷ், திருக்கண்டேஸ்வரம்.

✍ இல்லத்தில் மகிழ்ச்சியையும் மங்களத்தை பெருக்கும் பெண்ணினத்தின் பெருமையை அழகுறப் படைத்த கட்டுரை வெகு அருமை.

- சுந்தர், திருநெல்வேலி.

கண்கள்" என்றார். பாவேந்தர் பாரதிதாசனார். அடிமை வாழ்க்கையை போராடி வென்று உரிமை பெற்ற மகளிர் வரிசையில் மருத்துவர் க.பாலகுமாரியின் நேர்முக சந்திப்பு படித்தேன். பெண் கல்வி மறுக்கப்பட்ட காலத்திலேயே எனது தந்தையார் அய்யா பெரியாரின் தொண்டராய் இருந்த காரணத்தால் சமூகத்தையே எதிர்த்து எங்களை படிக்க வைத்து ஆசிரியைப் பணியையும் எனக்குப் பெற்றுத்தந்தார்கள். இன்று என்னுடைய பேத்திகள், பொறியாளர்களாகவும், மருத்துவர்களாகவும் இருக்கிறார்கள். இந்த மாற்றத்தை தமிழ்நாட்டில் விதைத்தவர் தந்தை பெரியார் என்பதை வரலாறு மறக்காது. பெண்ணினமும் மறக்காது.

- தி. மணியம்மை, கொரநாட்டுக்கருப்பூர்.

✍ 'ஆசனங்கள் ஒரு அறிமுகம்' கட்டுரை மூலம் ஆசனங்களை செய்தால் கிடைக்கும். நன்மைகளை அறிந்து கொள்ள முடிந்தது.

- க.ச. மணியன், பெரணமல்லூர்.

✍ தினமும் ஒருவகை உணவாக 30 வகைகளை சமைத்து எனது மாணவர்களுடன் ருசித்தேன். நாக்கில் ருசியை ஏற்றிய உருளைகிழங்கு, உமிழ்நீர் ஊற இழுத்தது.

- இராஜேந்திரன், வெள்ளூர்.

✍ 'உதவும் கரம்' மனிதம் இன்னும் சாக வில்லை. பழனிவேல் போன்றவர்களால் அது உயிர்பெற்றுக் கொண்டிருக்கிறது என்பது கதை உணர்த்திய உண்மை.

சிரியங்கா சித்தன், பெரம்பூர்.

✍ 'பொன்னியின் செல்வன்' படக்கதையை ஆர்வமாக தொடர்ந்து படித்து வருகிறேன். படக்கதை முழுவதும் வண்ணப்படமாக இருந்தால் மிக நன்றாக இருக்கும். 'ஓவியர் தமிழ்' அவர்களின் கலை வண்ணம் மிக அற்புதம். நாங்கள் மாதம் இரண்டு புத்தகமாக வாங்குகிறோம்.

சி.பா.சந்தானகோபாலகிருஷ்ணன், மஞ்சக்குப்பம்.

✍ மருத்துவர் பிரியங்காவின் ஆசனங்கள் கட்டுரை அருமையிலும் அருமை...குறிப்பாக அம்மிக்கல் பயன்படுத்துவதால் மார்பக புற்றுநோய், மார்பக நீர்கட்டிகள் வராது என்று தெள்ளத் தெளிவாக விவரித்த விதம் அழகியலின் உச்சம் என்றால் அது மிகையில்லை. இனி மாதந்தோறும் மங்கை மூலமாக அவர் விருந்து படைக்கவிருக்கிறார் என்பதையறிந்து மட்டற்ற மகிழ்ச்சி அடைந்தேன்.

-சிரியாஷா, பெரம்பூர்.

✍ வாழ்க்கையில் சாதிக்கத் துடிக்கும் பெண்களுக்கு அவர் முன்மாதிரியாக உள்ளார்.எந்த இலட்சியத்தையும் அடைய எதிர்நீச்சல் போட்டு பெண்களுக்கு சாதிக்கும் வல்லமை உள்ளது என்பதை ஆணித்தரமாக கூறியுள்ளார் திருமதி.பாலகுமாரி.

-த.விஜயகுமார்,வடுகப்பட்டி.

✍ ஆறுகவைகள் அடங்கிய பொருட்கள்,அதன்மூலம் நாம் அடையும் பயன்களை பற்றிய பட்டியல் இயற்கை மருத்துவம் பகுதியில் அறிந்து கொண்டேன்.

-செந்திலம்மியில்,திருநெல்வேலி.

✍ தீவிரப்பகை தண்ணீர்தானா? என்ற தலைப்பில் தி. மணியம்மை எழுதிய 'கவிதை' அருமை.தண்ணீர்க்காக தமிழக மக்களின் வருத்தத்தை பிரதிபலித்தது.

- காராஜா,தேனீ.

✍ '6 கவைகளும் அறிய பயன்களும்'கட்டுரை மிக நன்றாக இருந்தது. வாழ்க்கையில் ஏதோ சாப்பிட்டோம், உடலை வளர்த்தோம் என்றில்லாமல் அறுகவைகளும் பற்றியும் ஏழுவகை தாதுக்கள் பற்றியும் இயற்கை மருத்துவ கட்டுரை ஒவ்வொரு கவைகளையும் அதன் பயன்களையும் எழுதி வாசகர்களுக்கு விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தியது.

-த.விஜயகுமார், வடுகப்பட்டி.

✍ பிப்ரவரி 14 காதலர்தினம் முன்கூட்டியே காதல் குறித்த கவிதைகளை இரு பக்கங்களில் வெளியிட்ட தங்கமங்கை . காதலர்களின் இனிய வாழ்த்துகளை உரித்தானது.

சுப்பிரமணி, பொன்னை.

✍ சுத்திகரிக்கப்பட்ட எண்ணெய் நல்லாத? கட்டுரை பிப்ரவரி மாத தங்கமங்கைக்கு பெருமையும், சிறப்பும் சேர்த்திருந்தது.ரைஸ் பிரான் சமையல் எண்ணெய் பற்றிய விளக்கம் பார்த்து பல சந்தேகங்களை விரட்டியடித்தது.

மேகலா மாணிக்கம்,சென்னை78.

✍ இணைப்பு உருளை கிழங்கு பிரியர்களுக்கு மட்டற்ற மகிழ்ச்சியைத் தந்திருந்தது, சமையல் வல்லுநர் திருமதி ரேணுகா அவர்களது 30 வகையான உருளை கிழங்கு சமையல் வகைகள் நன்று.

- மோனிகா சிரியங்கா, திருச்சி.

✍ சாதனை மருத்துவர் பாலகுமாரியின் பேட்டி நல்ல பல விளக்கங்களை அளித்திருந்த அதேசமயம், அவருடன் அமர்ந்து நேரில் உரையாடிய மன நிறைவினைத்தந்திருந்தது.

கலைச்செல்வி வளையாபதி, தோட்டக்குறிச்சி.

✍ ஆறு கவைகளை பற்றி கேள்விப்பட்டதுண்டு .ஆனால் அதன் பயன்கள், அவைகள் அடங்கியுள்ள உணவுப்பொருட்கள் என மிகவும் தெளிவாக விளக்கிய ஆறு கவைகளும் அறிய பயன்களும் கட்டுரை, நல்லதோர் விழிப்புணர்வைத் தந்தது.ஜல்லிக்கட்டினைப் பற்றிய செய்திகள் ஒவ்வொன்றும் படிக்க படிக்க மனதில் மகிழ்ச்சி உண்டானது. கானைகள்,கலித்தொகைப் பாட்டு .தடை செய்யப்பட்ட மரபு விளையாட்டுகள் என எண்ணற்ற செய்திகளைத் தந்தமைக்கு மனதார பாராட்டுகின்றேன் .

திருமதி.பானு பெரியதம்பி,சேலம்

✍ கதை, கவிதை, இயற்கை மருத்துவம், பெண் ஆரோக்கியம், சாதனைப் பெண்மணிகள் மற்றும் பிப்ரவரியின் சிறப்பு, குறிப்பாக காதலர்தினம் பற்றியும், காதல் மொழிகளையும் தாங்கிய தங்கமங்கை பக்கத்துக்குப் பக்கம் பொன் போன்று மின்னிளாள்.

ஜெயலட்சுமி, கோவை



நீங்கள் நல்லவர்கள்தான்

தன்னையறிந்தவர்க்கே மற்றவரின் உண்மை முகம் புலப்படும் என்பதை தன்னுடைய 'நீங்கள் நல்லவர்கள் தான்' எனும் இந்நூலின் வாயிலாக சமுதாயத்திற்கு எடுத்துச் சொல்ல வருகிறார் கவிஞர் கௌரிலிங்கம் அவர்கள். ஒரு கணித ஆசிரியரான இவர் மனித மனங்களின் கணக்கீடுகளை துல்லியமாய் உணர்ந்து பலப்படுத்தியுள்ளமை பாராட்டிற்குரியது.

தனியாத சமூக அக்கறை அரசியல் கவிதைகளில் தலைகாட்டுகிறது.. இப்படி,

மேடை தலைவனைக் கீழே இறக்கு
வீதிக்கு வரச் சொல்

மொழி கவிதைக்கு மிக முக்கியம். அதுவே ஒரு கவிதையை மேலும் அழகாக்குகிறது. இந்த வரிகளைப் போல,

விழிகளுக்கு ஒளி மறைந்த
பின்பு

தேலுக்கு விரல்கள்தானே
விழிகள்

நதி நீர், உழவு என மண் சார்ந்து தமிழகம் சந்தித்து வரும் துரோகங்களை யெல்லாம் பட்டியலிட்டு ஒரு கவிதையில் கேள்விகளாக அடுக்குகிறார், ஒரு இடத்தில் உச்சமாய் கேட்கிறார். இவ்வாறு,

தென்னகத்தின் பாலையா
என் தமிழகம்?

சந்தம் இவரது கவிதைகளில் விளையாடுகிறது. பாடலாசிரியர் ஆகும் கனவு உண்டோ என்னவோ இவருக்கு. இந்த சந்தேகம் தொகுப்பை வாசிக்கையில் உங்களுக்கும் வரலாம்.

பயனற்ற பட்டங்கள்

பாதுகாக்காத சட்டங்கள்

அதிகார வட்டங்கள்

அவை போடும் கொட்டங்கள்

பொதுவாக சொல்வார்கள் கவிதை என்பது அனுபவக் கூத்தல். எழுதுபவனுக்கு ஒரு அனுபவம்.. படிப்பவனுக்கு ஒரு அனுபவம்.

நூல் பெயர் : நீங்கள் நல்லவர்கள்தான்

நூல் ஆசிரியர் : கௌரிலிங்கம்

விலை : ரூ.75/-

வெளியீடு: வாசகன் பதிப்பகம்,

167, ஏ.வி.ஆர் காம்பளெக்ஸ்,

செரி ரோடு, சேலம் - 636007

நினைவில் நிலைத்தவர்கள்

நினைவில் நிலைத்தவர்கள் வாயிலாக வாழ்வில் தட்டிக்கொடுத்தவர்களையும், தட்டி வைத்தவர்களையும் ஒருபோதும் மறக்கலாகாது எனும் பாடத்தை நயம்பட எடுத்துரைக்கிறார் இந்நூலாசிரியர் அகநம்பி என்கிற இளமுனைவர் பாலசுப்பிரமணியம் அவர்கள்.

ஏறத்தாழ முப்பதாண்டுகளுக்கும் மேலாக இதழியல் துறையில் ஈடுபட்டு, தினத்தந்தி நாளிதழின் மூத்த பத்திரிகையாளர்களில் ஒருவராகப் பணியாற்றிவரும் நூலாசிரியர் கொண்டுள்ள பழுத்த அனுபவத்தின் வெளிப்பாடே இந்த நினைவில் நிலைத்தவர்கள் நூலின் பெருஞ்சிறப்பாகும்.

தமது பட்டப்படிப்புக்கு வித்திட்ட அறிஞர் அண்ணா கலைக்கல்லூரியின் நிறுவனர், முன்னாள் மேலவை உறுப்பினர், முன்னாள் மேலவை எதிர்க்கட்சித் தலைவர், முன்னாள் பாராளுமன்ற உறுப்பினர் பேராசிரியர் ம. சங்கரலிங்கம் அவர்கள் தொடங்கி, தமக்குச் சமையல் கலையைக் கற்றுத் தந்த ஆக்கினாம்பட்டு கிருஷ்ணன் அவர்கள் வரை மிக எச்சரிக்கையாக ஒருவரைக்கூட விடுதல் இல்லாமல் தம் நூலில் நினைவில் நிலைத்தவர்களாக காட்டுவது நன்றி மறப்பது நன்றன்று என்ற அவரது உயர்ந்த பண்பை நமக்கு காட்டுகிறது.

ஏழ்மைக் குடும்பத்தில் பிறந்த ஒருவன் என்னென்ன இடர்பாடுகளுக்கு ஆளாவான், அதிலிருந்து மீண்டு தன்னை இந்த உலகம் எவ்வாறு அடையாளம் காணச் செய்யும் என்பதையும் இடையிடையே நூலாசிரியர் தன் வரலாறு மூலமாக கூறும்போது அறிய முடிகிறது.

நூல் பெயர் : நினைவில் நிலைத்தவர்கள்

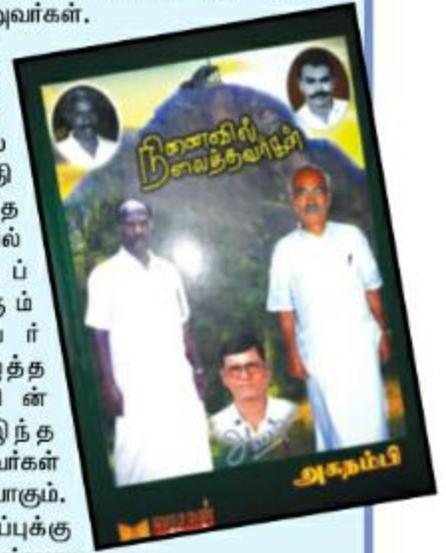
நூல் ஆசிரியர் : அகநம்பி

விலை : ரூ.100/-

வெளியீடு : வாசகன் பதிப்பகம்

167, ஏ.வி.ஆர் காம்பளெக்ஸ்,

அரசு கலைக்கல்லூரி எதிரில், சேலம் - 7.



Printed and Published by R.Sakthivel from South India Publications, No.339(249), Anna salai , Teynampet, Chennai-6. and Printed by G.Ravi at Super Printing Press 40, Muthiah Street, Vellala Teynampet, Chennai-86. Editor R.Sakthivel, Phone: 24328383/65297586.

தங்கமங்கை மார்ச் - 2017 66



Sairam
INSTITUTIONS



CONSISTENT PERFORMANCE BROUGHT US TO THE TOP!

Sri Sairam Engineering College has been ranked No.1 for securing 236 University ranks amongst 570 odd engineering colleges in Tamilnadu in the April / May - 2016 examinations according to the rank list published by Anna University. Sairam's tally of 236 university ranks is the highest ever by any institution in the history of Anna University. Earlier, Sri Sairam Engineering College had secured the top position in the state with 170 University ranks in 2015 and 154 ranks in 2014, thereby achieving the rare feat of achieving the No.1 position for three years in succession, making it the only institution ever to do so. With 53 University ranks, Sri Sairam Institute of Technology has been ranked 12th in the state. We take great pride in the fact that Sri Sairam Engineering College has been consistently ranked amongst the Top 10 engineering colleges ever since the rankings were first announced by Anna University. A testimony to our remarkable consistency!

- **Impressive Academic record of over 90% for the past several years.**
- **Enviably placement record in excess of 90% for the past 5 years.**
- **At least one University Rank in each department for the past 5 years.**

Consistency helped us reach the top. Persistence helped us stay there!

Campus: Sai Leo Nagar, West Tambaram,
Chennai - 44. www.sairam.edu.in
Admn. Office: "Sai Bhavan", 31B, Madley Road,
T.Nagar, Chennai - 17.
Ph: 044 - 4226 7777 . Fax: 044 - 4226 7779.
e-mail : sairam@sairamgroup.in



Sri
SAI RAM
ENGINEERING COLLEGE &
INSTITUTE OF TECHNOLOGY
(ISO 9001-2008 Certified Institution)

We build a better nation through quality education!

www.sairam.edu.in

ஒரு பாதுகாப்பான குடும்பத்திற்கு வித்திடுங்கள்!

ஜீவன் ரக்ஷக் மூலம் உங்கள் குடும்பத்திற்கு மிகவும் நல்லதை செய்வதை உறுதிசெய்வீர்.



எல்ஐசியின்
ஜீவன்
ரக்ஷக்

Plan no. 827
 URN: 512N289V01

ஆயுள் காப்பீடு

கீழ்க்கண்டவற்றில் எது அதிகமோ அத்துடன் விசுவாசத்துக்கான கூடுதல் தொகையும் (ஏதும் இருந்தால்) வழங்கப்படும்

- a) அடிப்படை உறுதி அளிக்கப்படும் தொகை: அல்லது
- b) ஆண்டு பிரீமியம் போல் 10 மடங்குகள்; அல்லது
- c) மரணம் அடைந்த தேதியில் செலுத்தப்பட்டுள்ள அனைத்து பிரீமியங்களின் மதிப்பில் 105%

முதிர்வு நன்மைகள்

அடிப்படை காப்புத் தொகை உடன், விசுவாசத்துக்கான கூடுதல் தொகை (ஏதும் இருந்தால்) அதுவும் சேர்த்து அளிக்கப்படும் வயது தகுதி: 8 - 55 வயது

பாலிசி காலவரம்புகள்: குறைந்தபட்சம் 10 ஆண்டுகள்; அதிகபட்சம் 20 ஆண்டுகள்

குறைந்தபட்ச மற்றும் அதிகபட்ச காப்புத் தொகை: ₹75,000 - ₹2,00,000

எங்கள் வலைத்தளத்தைக் காணவும்: www.licindia.in அல்லது LIC India Forever-ல் எங்களைக் காணவும்.

பேரவரை போல் அழைப்புகள் / விண்ணப்பங்கள் மற்றும் பேரவரை / வேலையான ஆயுள் காப்பீட்டுக்கு ஐக்கிரைவரை திருக்காய் என. IRDAI பொதுமக்களுக்கு தெரிவிப்பது: IRDAI அல்லது அதன் அதிகாரிகள் எவ்விதமான காப்பீடு அல்லது உபயோகத்தையும் புறக்கட்டி விடாமலேயே அல்லது பிரீமியம் குறைவிடும் போன்ற செயல்களில் ஈடுபடவில்லை. IRDAI எவ்விதமான பேரவரையும் அறிவிக்கவில்லை. அது போன்ற போல் அழைப்புகள் போன்ற செயல்கள் அந்த போல் அழைப்பு, என் விவரங்களுடன் போலீஸிற்கு டிரான்ஸ்மிட்டியு செட்டுக்கொள்ளப்படும்.



LIC-07116-1775TAM

இடமேற்றி உள்ளது. விதிமுறைகள் மற்றும் நிபந்தனைகள் செய்தி விவரங்களுக்கு ஒரு விவரத்தை நுகர்வதற்கு முன் நேரம் பிரிவுரை தயவுசெய்து படிக்கவும்.

IRDAI ரிஜிஸ்ட்ரேஷன் நம்பர் 812