

காணவிரும்பும் மாற்றமாய் : மாற்றத்தை நோக்கி



தவபுதல்வி

(தமிழ் காலாண்டுதழு)

ஏப்ரல் - ஜீன் 2023

இதழ் - 2

**கிளம் பெண்
தொழில் முனைவோர்
தீவ்யபாரதி பழனிசாமி**

**அன்பின்
ஐந்தினைகள்**
முனைவர் கு. காமராஜ்

**நாஞ்சில் கலையக
ஞீயலிழை குலக்கியத்திலக விருது**

**தமுத்ராவுடன்
ஒரு மீட்டிழங்**

**உழைப்பே
உயர்வு
முனைவர் து. குமரேசன்**

**தொழில்
முனைவோர்களாக
உச்சம் தொட
உத்திகள்
பேரா. இரா. நாகேஸ்வரி**

**உணவும் பண்பாட்டு
மெருநோக்கற்றலும்
முனைவர் ஆ. பிரயு**



<https://thavaputhalvi.in>



thavaputhalviyoutrust@gmail.com

பெண் தையற்கலை ஆசிரியர்கள் மற்றும் மாணவர்களுக்குப் பயிற்சி

தீவுப்புதல்வி நீட்டே
உன்னால் உனக்காக
அறக்கட்டளையின்
சார்பில் 2023 மே 26
அன்று பெண் தையற்கலை
ஆசிரியர்கள் மற்றும் பயிற்சி
மாணவர்களுக்குப் பெண்கள்
அதிகாரம் என்ற தலைப்பில்
பயிற்சி நடைபெற்றது.
அறக்கட்டளையின் தலைவி
பேராசிரியை முனைவர் சுபத்ரா
செல்வத்துரை, மகளீருக்கு
அதிகாரமளித்தல் என்னும்
தலைப்பில் உரை ஆற்றினார்.
இந்தகழ்வில் பெண்களுக்கான
தொழில் முனைவுத் தீட்டும்
குறித்தும் புதிதாக ஆடை
வடிவமைத்து, நுகர்வோர்
முன் காட்சிப்படுத்திக்
சந்தைப்படுத்துதல் குறித்தும்
ஆலோசனை செய்யப்பட்டது.
இதில் 20 பெண்கள் பங்கு
பெற்றுக் கருத்துக்களைப்
பகிர்ந்துகொண்டனர்.





பதிப்பகத்தார்



OF BY AND FOR YOU PUBLICATIONS®
பதிப்பகம் பதிவு எண்: TN09D0018951
Under MSME , Govt of India

பதிப்புரிமை

OF BY AND FOR YOU TRUST®
இந்திய அறக்கட்டளை சட்டம்
1882ன் கீழ் பதிவுசெய்யப்பட்டது,
அறக்கட்டளை பதிவு எண்.198/B4-2017,
கன்ஸியாகுமரி மாவட்டம், தமிழ்நாடு இந்தியா
CSR பதிவு எண் CSR00036108
எண் AADTB2122MF2022M - 80 G வருமான
வரியின் கீழ் அறக்கட்டளை அங்கீகரிக்கப்பட்டுள்ளது.
Email : ofbyandforyou@gmail.com
Call / Whatsapp : +91-9585212775



Website:
<https://thavaputhalvi.in>



E- Mail :
thavaputhalviyoutrust@gmail.com

காணவிரும்பும்
மாற்றமாய்
மாற்றத்தை
நோக்கி

தவப்புதல்வி

(தமிழ் காலாண்மை)

பிப்ரவரி - ஜூன் 2023, திதி - 2

தவப்புதல்வி
தமிழ் காலாண்மை
பிப்ரவரி - ஜூன் 2023, திதி - 2

அன்பின் வாசகர்களுக்கும், பாசத்திற்கும் மரியாதைக்கும் உரிய ஆசிரியர் குழு பெருந்தகை களுக்கும் என்னளில்லாத வணக்கத்தினை உரித்தாக்குகிறேன். இந்த இதழ் அருமையாக வெளிவர உதவிய எழுத்தாளர் அன்னன் பச்சைமால் கண்ணன் அவர்களுக்கும், அழகாய் வெளிவர தொகுத்து வடிவைவைத்த தமிழ் அரசு என்னனுக்கும் அன்பின் வணக்கத்தினை முன் வைக்கிறேன்.

தவப்புதல்வி காலாண்மைதழி, நீயே உன்னால் உனக்காக அறக்கட்டளை மற்றும் பதிப்பகத்தின் (OF BY AND FOR YOU TRUST - Reg. No. 198/B4-2017) & PUBLICATION - Reg. No. TN09D0018951 கீழ் வெளியிடப்படும் ஓர் இதழாகும். இவ்விதம் ஆண்கள், பெண்கள், இளைஞர்கள், தொழில் முனைவோர், குழந்தைகள் என அனைவருக்கும் பயன்படும் வகையில் அமைவதோடு மட்டுமில்லாமல் மாற்றத்தை உருவாக்கும் ஒரு கருவியாகவும் செயல்படும். இவ்விதமில் வெளிவரும் கட்டுரைகள், படைப்புகள், குறிப்புகள் அனைத்தும் அறிவுரை மற்றும் வழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தும் பதிவுகளாலே அமையும். இதழில் படைப்பார்களின் கட்டுரைகள், அறிஞர்கள் மற்றும் எழுத்தாளர்களின் வரலாறு, நேர்கணவர்கள், நடப்பு நிகழ்வுகளின் அறிக்கைகள், படைப்புகள் மற்றும் சிந்தனைத் துளிகள் இடம் பெறும். கலை, இலக்கியம், கலாச்சாரம், பண்பாடு, நாகரிகம் மற்றும் ஆராய்ச்சி படைப்புகளும் முக்கியத்துவம் வகிக்கும். தமிழில் இவ்வென்ததையும் தொகுத்து வாசகர்களுக்கு இணைய வழியும், புத்தகமாகவும் வருடத்திற்கு 4 இதழ்கள் வெளியிடப்படும். தாயின் கருவில் உதித்து, தரணியில் பிறந்து, தாயின் மடியில் தவழ்ந்து, பலரையும் எட்டி பார்த்து புன்னகையுடன் அமர்ந்து, பூரிப்புடன் ஊர்ந்து, தாயின் கரம் பிடித்து மெல்ல ஏழுந்து, தந்தி தந்தி நடந்து, இந்த பாரை சுற்றி வர எண்ணி அன்ன நடை நடந்து, விரைவில் வெற்றி நடை போடுவாள் தவப்புதல்வி. நோக்கம் எது என தீர்மானி அதில் உறுதியாய் இரு என்கிற சுவாமி விவேகானந்தரின் வார்த்தைக்கேற்ப தெளிவான நோக்கம் கொண்டு உறுதியாய் பயணிப்பாள் இவள்.

- முற்போக்கு நோக்கில்
- முரண்பாடு இல்லாத கருத்துக்களுடன்
- தெளிவான சிந்தனை கொண்டு
- உண்மையின் உருவாய்
- மாற்றத்தை நோக்கிய பயணத்தில் - **தவப்புதல்வி**

முனைவர். சுபத்ரா செல்லத்துரை தெழுசீரியர்

நூசியர் குழு

முனைவர் D. குமரேசன்

M.Com., M.Sc., M.B.A., M.A., M.Phil., Ph.D.,
பேராசிரியர் மற்றும் இயக்குனர்,
கே.எஸ்.ஆர். மகளிர் கலை மற்றும் அறிவியல்
கல்லூரி, திருச்செங்கோடு.

முனைவர் பேரா. இரா. நாகேஸ்வரி

M.A, MA(Socio.), M.Com(F&C), BA(HRM),
M. Phil, PGDCA, PGDGC,
PGDCE, M. Sc(Psych.), Ph.D.,
முதல்வர், சீதாலெட்சுமி ஆச்சி
மகளிர் கல்லூரி, பள்ளத்துரை.

முனைவர் அ. பாரதீராணி

M.A, B.Ed, M.Phil., Ph.D.,
உதவிப் பேராசிரியர்,
தமிழ் உயராய்வு மையம்,
அழகப்பா அரசு கலைக் கல்லூரி காரைக்குடி.

முனைவர் ஆ. பிரபு

MA, B.Ed., B. Co-op, MPhil., PhD.,
SET NET-JRF, CTCT-JRF, DOA
உதவிப் பேராசிரியர்,
தூய நெஞ்சக் கல்லூரி,
திருப்பத்தூர்.

முனைவர் த. ஜான்சிபால்ராஜ்

M.A, B.Ed, M.Phil., Ph.D.,
உலாக்கர் மேல்நிலைப் பள்ளி,
டோனாஸூர்.
திருநெல்வேலி மாவட்டம்.

முனைவர் செ. செல்வராணி

M.A, B.Ed, M.Phil., Ph.D.,
ஆசிரியர் மற்றும் எழுத்தாளர்,
வணிகவியல் துறைத் தலைவர்,
இதயா மகளிர் கல்லூரி
சருகனி, சிவகங்கை மாவட்டம்.

திரு. சே. பச்சைமால் கண்ணன்

எழுத்தாளர்,
கோவன்குளம், திருநெல்வேலி.

முனைவர் சு. கிருஷ்ணகுமாரி

MBA., MHRM, M. Sc., (Psy.), Ph. D
உதவிப் பேராசிரியர்
சத்தியபாமா நிகர்ந்திலைப் பல்கலைக் கழகம்,
சென்னை.

கவிஞர். V. S. உமா மகேஸ்வரி (குமரி உத்ரா)

எழுத்தாளர், கொட்டாரம்.

முனைவர் செ.அந்தோனி ராகுல் கோல்டன்

M.Com M.Phil NET Ph.D
MBA SET NET M.Sc M.A M.A
உதவிப் பேராசிரியர், வயோலா கல்லூரி, சென்னை.

முனைவர் I. ஜோஸ்பின் ரேணுகா

M.A., M.Phil., Ph.D.,
உதவிப் பேராசிரியர்,
ஹோலி கிராஸ் ஹோம் சயின்ஸ் கல்லூரி,
தூத்துக்குடி.

முனைவர் ப.சு. செல்வம்னா

M.A., M.Phil., Ph.D.,
இணைப்பேராசிரியர்,
தமிழ் உயராய்வு மையம்,
அழகப்பா அரசு கலைக் கல்லூரி,
காரைக்குடி.

பொருள்க்கம்

கவியரசு கண்ணதாசன்
பிறந்தநாள் விழா பாராட்டு

நலவாழ்வுக்கு நல்வழி யோகா

- முனைவர் கே.எல்.எஸ்.கீதா

உழைப்பே உயர்வு

- முனைவர் டி.குமரிசன்

பணிச்சுழலில் பணியாளர்களின்
சிக்கல்களும் அதற்கான தீர்வுகளும்

- சே.மீனா

தொழில் முனைவோர்களாக
உச்சம் தொட உத்திகள்

- முதல்வர் பேராசிரியர் இரா.நாகேஸ்வரி

எழுத்துக்கள் உளியே

- பேராசிரியர் முனைவர் மா.கப்புராஜ்

முளை வெற்றிடமானால்
சிந்தனை சாத்தியமில்லை

- முள்ளஞ்சேரி மு.வேலையன்

டமுத்ராவடன்

ஓர் குடிடி மீட்டங்

சிகரம் தொட சிலேட்டை எடு

- முனைவர் அ.பாரதிராணி

பில்பாவல் ஒரு கூடை சன்னிலை

- சித்ரா சாலமன்

செல்வத்தின் பயனற்ற நிலை

பனை விதைகள் நடும் நிகழ்வு

உயரிய லிட்சியமும்
மாணாக்கர்களும்

- முனைவர் த.ஜான்சி பால்ராஜ்

அன்பின் ஜந்திகளைகள்

- முனைவர் கு.காமராஜ்

குடையிளகாய் வெறும்
சுவைக்காக அல்ல

பனைமரங்கள் பாதுகாப்புக்
கூட்டமைப்பு சார்பில் சந்தீப்பு

புடில் உடைப்பும் நீல மாசுபாடும்

- சே.பச்சைமால் கண்ணன்

உணவும் பண்பாட்டு
மெருகேற்றலும்

- முனைவர் ஆ.பிரபு

தீருக்குறளில் மதி

- முனைவர் ப.க.செல்வமீனா

பரிப்பெருமாள் எழுதிய தீருக்குறள்
உரை கூறும் மதங்கள்

- முனைவர் தேமொழி

தேங்காய்ப் பால் தரும்
நன்மைகள்

ஆரோக்கியமே ஆனந்தம்

- திவ்யபாரதி பழனிசாமி

உழைப்பவரே உயர்வார்கள்

- உதவிப் பேராசிரியர் ராகுல் கோல்டன்

வண்ணக் கோலங்கள்

- ந.கற்பகம்

பனை மரங்கள்

விழிப்புணர்வு கருத்தரங்கு

“அதீகாலையில் எழுந்தால்...!”

கவியரசு கண்ணதாசன்

பிறந்தநாள் விழா பாராட்டு



நாஞ்சில் கலையத்தின் சார்பாக
பிறந்தநாள் விழாவின் சிறப்பு நிகழ்வாக
கவியரஸ்கம் சாமிதோப்பு அன்புவனம்
வசந்த மண்டபத்தில் 24.06.2023 அன்று
நடைபெற்றது. 24 கவிஞர்கள் கவி
பாடனர். முனைவர் காமராஜ் அவர்கள்
தலைமைக்கவியாய் இருந்து நிகழ்ச்சியை
கவியோடு பாடவுமாய் சிறப்பாய்
அரசுகேற்றினர். கவியரஸ்கில் கவி பாடிய
கவிஞர்களுக்கு ஐந்தினை தென் தமிழியல்
ஆய்வு மன்றத்தின் அமைப்பாளரும்
தவட்புதல்வி காலாண்டதழின்
ஆசிரியருமான முனைவர் சுபத்ரா
செல்லத்துறை அவர்கள் பாராட்டு சான்றிதழ்
வழங்கி கொள்வித்தார்.

இந்நிகழ்வில் கவிஞர் கண்ணதாசன்
பற்றி சிறப்புரை ஆற்றிய முனைவர்.
ப.ஆனந்த விநாயகி காமராஜ் அவர்களுக்கு
நாஞ்சில் கலையகம் சார்பாக “இயலிசை
இலக்கியத்திலைகம் விருது” ஐந்தினை தென்
தமிழியல் ஆய்வு மன்றத்தின் அமைப்பாளர்
முனைவர் சுபத்ரா செல்லத்துறை அவர்கள்
வழங்கினார். நிகழ்ச்சியின் ஏற்பாடுகளை
நாஞ்சில் கலையகத்தின் தலைவர்
கவிஞர் சீதாராமன் அவர்கள் சிறப்பாய்
செய்திருந்தார்.

நலவாழ்வுக்கு நல்வழி யோகா



முனைவர் K.L.S. கீதா

செல்வம் யோகா கல்லூரி மற்றும்
ஆராய்ச்சி மையம், தொலையாவட்டம்,
கன்னியாகுமரி மாவட்டம்

ஒ வக நலவாழ்வு நிறுவனம் (WHO) உடல், மனம் மற்றும் சமூக நலம் என்ற மூன்றில் மிகவும் ஆரோக்கியமாக இருப்பதுதான் பூரண ஆரோக்கியம் அல்லது முழுமையான நலம் என்று வரையறுக்கிறது.

யோகா என்பது உடல், மனம், ஆன்மா இணைதல். ஒன்றாக இணைதல். பிரபஞ்ச சக்தியுடன் பரிமாணமாகிய ஆன்ம நலம் பற்றியும் விளக்குகிறது.

இதிலிருந்து நாம் நலம், நலமின்மை என்ற சொற்களின் உண்மையான தொடர்பை உணர முடிகிறது. இரண்டும் தனித்தனி நிலையில்லை, ஆன்மாவின் தொடர்ந்த செயல்பாட்டைக் குறிப்பதே என்று உணர்த்துகிறது. நலம் என்பது ஒவ்வொருவரின் பிறப்புரிமையாகும்.

பிராணன் இல்லாமல் உலகமே இல்லை. இயக்கமே இல்லை. மனிதன் இருப்பதும் இயங்குவதும் பிராணனால்தான்.

பிராணாயாமம் செய்வது உடல் சக்தி பெறுவதற்கு நல்லது. பிராணாயாமம் செய்வதால் நினைவுத்திறன், உள்ளுணர்வு, சாந்தம், சொல்திறமை, நாம் என்னும் செயலை நடத்துதல் போன்றவற்றைப் பெறலாம்.



பஞ்ச இந்திரியங்களும்
செயல்படுவது பிராணசக்தி,
யோகம் மூலமாக முடியும்.
முழு உடல் இயக்கமும்
பிராண சக்தியால்தான்
நடைபெறுகிறது.

யோகப் பயிற்சியால் உடல்
கழிவுகளை வெளியேற்றி
உடலைச் சுத்தம் செய்யும்
செயல் நடைபெறுகிறது.
நம் உடலை இயக்குவதற்கு
இயற்கை கொடுத்த வரம்
பிராண சக்தி. இதனால்
உடல் ஆரோக்கியமும்,
மன ஆரோக்கியமும்
கிடைக்கிறது.

கட்டுப்படுத்தப்பட்ட
முச்சுப் பழக்கத்தால்
நோய்கள் அகலும்.
வாழ்நாள் கூடும். இந்த
முச்சுக் கட்டுப்பாடு
பிராணாயாமப்
பயிற்சிகள் மூலம்
சாத்தியமாகிறது.
நாம் உணர்வின்றித்
தன்னிச்சையாக நடக்கும்
செயல்களில் சுவாசிக்கும்
ஒன்றைத்தான் நம் கட்டுப்பாட்டுக்குள்
கொண்டுவர இயலும்.

பிராணாயாமம் என்பது உயிராற்றல்
பயிற்சி. இது ஓர் அறிவியலாகும்.

பிராணனைக் கட்டுப்படுத்துவது
என்பது மனத்தைக் கட்டுப்படுத்துவதாகும்.
பிராணனின் உதவி இல்லாமல்
மனத்தால் இயங்க இயலாது. இந்தப்
பிராணனுடைய இயக்கமானது,
உள்முச்சும் பெருமுச்சும் விடும்போது
இரத்த நாளங்களிலே இரத்தம்
செலுத்தப்படும்பொழுது இதயத்தின்
சுருக்க விரிவுச் செயல்களிலும்,
உணவு சொரிக்கப்படுதலிலும்,
கழிவு நீக்கம் செய்வதிலும், உடல்
செயல்கள் சீரான முறையில்
செயல்படுகிறது.

பிராணனுக்கும் மனத்துக்கும்
நெருங்கிய தொடர்பு உண்டு.

பிராண சக்தி வீணாகப்
போகாமல் காப்பதே நீண்ட
காலம் வாழ்வதற்கு

வழியாகும். இது
யோகாசனத்தில்
அடங்கியுள்ளது.

யோகத்தின்
எட்டு வகை
அங்கமே
அட்டாங்க

யோகம் எனப்படும்.

யோக சாதனையினால் நீண்ட காலம் உயிர்
வாழ முடியும் என்பதைத் “திருமந்திரத்தில்”
88 பாடல்களில் திருமூலர் விளக்கியுள்ளார்.
இத்தகைய சாதனையே ‘சாகாக்கலை’
அல்லது ‘சாகாக்கல்வி’ எனப்படும்.

“யோகா என்பது ஒரு வாழ்வியல்”





ஏ ஷைப்பே யர்வு

முனைவர் D. குமரேசன்

பேராசிரியர் மற்றும் இயக்குநர், கே.எஸ்.ஆர். மகளிர் கலை
மற்றும் அறிவியல் கல்லூரி, திருச்செங்கோடு



காபி என்றாலே பலருக்கு அலாதிப் பிரியம் தான். அதிகாலையிலும் சரி, அந்தி வேளையிலும் சரி காபி அருந்துவது பலரது வழக்கமாகும். அதிலும் மழைக்காலம் வந்துவிட்டால் சூடான, சுவையான காபி அருந்துவது ஆனந்தம்தான். நாமே தயாரித்து அருந்துவது சுவையென்றால் அடுத்தவர் தயாரித்துக் கொடுத்த காபியை அருந்துவது அதீச்சு சுவைதான். இல்லத்திலும் அலுவலகத்திலும் அருந்தும் காபியை விட நண்பர்களுடனோ, குடும்பத்தினருடனோ சந்திக்கும் பொழுதும், பயணம் மேற்கொள்ளும் பொழுதும் அருந்தும் காபியின் சுவைக்கு நிகரில்லை.

காபி அருந்தினால் தூக்கம் வரும் என்று சிலர் கூறினாலும், காபி அருந்தினால் உள்கூம் வரும் என்று பலர் கூறுவதுண்டு. இயற்கை எழில் சூழ்ந்த மலைப் பிரதேசங்களில் பயிரிடப்பட்டு சுத்தமானதாக, சுகாதாரமானதாக, சுவையானதாகக் கொண்டுவரப்படும் காபித்தாள் நாடு முழுவதும் பயன்படுத்தப் படுகிறது. பிற நாடுகளுக்கு ஏற்றுமதியும் செய்யப்படுகிறது.

நுகர்வோரின் தேவையை உணர்ந்த தொழில்முனைவோர் பலர் காபி தயாரிக்கும் தொழிலில் ஈடுபட்டு வருகின்றனர். அத்தகைய தொழில்முனைவோரில் ஒருவர், பாரம்பரியக் குடும்பத்தில் பிறந்தவர், காபி பருகுவோரின் தேவைகளுக்கேற்பட்ட பல சுவைகளில், பல பெயர்களில் காபியை அறிமுகப்படுத்த

விரும்பினார். இதற்காக இந்தியாவின் பல பகுதிகளில் சமார் 13,000 ஏக்கர் நிலப்பரப்பில் காபித் தோட்டங்களை உருவாக்கினார். நாடு முழுவதும் 1500 சில்லறை விற்பனை நிலையங்களையும், தானியங்கி விற்பனைக் கருவிகளையும் ஏற்படுத்திக் காபி அருந்துவோரைத் தனது வாடிக்கையாளர்களாக்கிப் பல்வேறு வழிகளில் அவர்களது கவனத்தை ஈர்த்துத் தனக்கெனத் தனி மாதிரியான வியாபார உத்திகளைக் கையாண்டு வாடிக்கையாளர்கள் மனத்தில் நீங்கா இடம்பிடித்த மாபெரும் வெற்றியாளர்தான் கஃபே காபிடே நிறுவனத்தின் உரிமையாளர் வி.ஜி.சித்தார்த்தா. அவரது தொழில் திறனைக் கண்டு முதலீட்டாளர்களும் வங்கியாளர்களும் அவரது நிறுவனத்துக்கு நிதியுதவி வழங்கினர். நாளொரு மேனியும் பொழுதொரு வண்ணமுமாகக் காபிடே நிறுவனம் புகழ்பெற்று விளங்கத் தொடங்கியது.

காபிடே நிறுவனத்தில் ஏராளமான சுவைகள் அறிமுகப்படுத்தப்பட்டன. காபிடே விற்பனை நிலையத்தில் காபி அருந்துவதைக் கூடச் சிலர் பெருமையாக நினைத்தனர். பிற தொழில்முனைவோர் கூடத் தாங்களும் இதுபோன்ற நிறுவனத்தைத் தொடங்கலாமா என ஆலோசிக்கத் தொடங்கினர். சிலர் தங்களது நிறுவனங்களைத் தொடங்கியும் விட்டனர். மிகச் சிறப்பாக நடைபெற்றுக் கொண்டிருந்த காபிடே நிறுவனம் திடீரெனக் கடனில் மூழ்கியது. அதன் நிறுவனர் சித்தார்த்தாவின் வாழ்க்கையில் புயல் வீசத் தொடங்கியது. அன்பான குடும்பம், அழகான வாழ்க்கை என்று வாழ்ந்துகொண்டிருந்த அவர் 2019 ஆம் ஆண்டில் ஒருநாள் திடீரெனத் தற்கொலை செய்துகொண்டார்.

தான் இறப்பதற்கு முன்னர் அவர் எழுதி வைத்த கடிதத்தில் யாரையும் ஏமாற்றும் என்னை தனக்கு இல்லை என்றும், தான் ஒரு தோல்வி அடைந்த தொழில்முனைவோர் என்றும் எழுதியிருந்தார். மிகப்பெரிய காபி சாம்ராஜ்யம் முடிவுக்கு வந்துவிட்டது என்றும், இனி இந்த நிறுவனத்தை யார் ஏற்று நடத்தப்போகிறார்கள்? என்றும் எல்லோரும் நினைத்தனர். கடன் கொடுத்தவர்களும் வங்கிகளும் கடனை உடனடியாகத் திருப்பிச் செலுத்தும்படி நெருக்கடி செய்கின்



ரனர். பல்வேறு விற்பனை நிலையங்கள் இயங்க வில்லை. சில நிலையங்கள் இலாபமின்றி இயங்குகின்றன.

காபி மூலம் பலருக்கு ஊக்கம் தந்த காபிடே நிறுவனத்துக்கு இப்போது யார் ஊக்கம் தரப் போகிறார்கள்? காபிடேயின் பயணம் தொடருமா அல்லது முற்றுப்பெறுமா? எனப் பல்வேறு விளாக்கள் சனாமி அனைக்களைவிட வலுவாக எழுந்தன. திரைப்படங்களில்தான் இதுபோன்ற சூழலில் கதாநாயகன்/கதாநாயகி ஒரே பாடலில் நிறுவனத்தை உச்சத்துக்குக் கொண்டு செல்வார். இது திரைவாழ்க்கை இல்லை. நிலை வாழ்க்கை. இங்கே பல எதார்த் தங்களை யோசிக்க வேண்டும். ஒரே பாடலில் அல்லது ஒரே நாளில் மாற்றத்தை நிகழ்த்திக் காட்டிவிட முடியாது.

இனி அவரது குடும்பத்தைப் பார்ப்போம். அவரது மனைவி மாளவிகா ஹெக்டே. இவரும் ஒரு பாரம்பரியம் மிகக் குடும்பத்தைச் சேர்ந்தவர். கர்நாடக மாநில முன்னாள் முதலமைச்சர் எஸ்.எம்.கிருஷ்ணாவின் மகன். கணவரை

இழுந்து மாபெரும் துயரக்கடவில் இருக்கிறார். இனிக் குடும்பத்தை எப்படிக் கவனிப்பது? நிறுவனத்தை என்ன செய்வது? கடன்களை எப்படித் திருப்பிச் செலுத்துவது? முதலீட்டாளர்களுக்கு என்ன பதில் சொல்வது? எஞ்சியுள்ள வாழ்க்கை எப்படி இருக்கப் போகிறது? இரவிலும் பகலிலும் இதுபோன்ற ஏராளமான கேள்விகளுடன் தூக்கமின்றித் தவித்தார். எழுந்தார்... விரைந்தார்... ஏறினார்... தனது கணவரின் அலுவலக வாசற்படிகளில். நிறுவனத்தில் என்ன நடைபெற்றுக் கொண் டிருக்கிறது என்பதைக் கூர்ந்து கவனித்தார். அலுவலர்களுடன்



ஆலோசித்தார். ஊழியர்களுடன் கலந்துரையாடினார். அவர்களுடன் இணக்கமான சூழலை உருவாக்கினார். தன்னம்பிக்கையைத் தந்தார். கடன்கொடுத்தவர்களைச் சந்தித்துக் கடன்களைத் திருப்பிச் செலுத்தக் காலநீட்டிப்புக் கேட்டார்: வங்கிகளில் வாங்கியிருந்த கடன்களை முறையாகத் திருப்பிச் செலுத்துவதாக உறுதியளித்தார். நிறுவனத்தின் தலைமைச் செயல் அதிகாரியாகப் பொறுப்பேற்றுக் கொண்டு நாள்தோறும் அலுவலகத்துக்கு வந்து பணிகளைக் கவனித்தார். நடத்தில் இருக்கும் நிறுவனத்தை மீண்டும் இலாப வழியில் அழைத்துச் செல்லப் பல்வேறு முயற்சிகளை மேற்கொண்டார். அதன் முதற்கட்டமாக இலாபமின்றி இயங்கிவரும் சில்லறை விற்பனை நிலையங்களையும், தானியங்கி விற்பனை நிலையங்களையும் மூடினார். இலாபம் அதிகம் கிடைக்கும் பகுதிகளில் தேவைக்கேற்பப் புதிய கூடுதல் விற்பனை நிலையங்களைத் தொடக்கினார்.

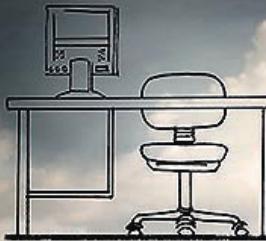
• கணவர் சித்தார்த்தா 2019 ஆம் ஆண்டில் இறந்தபோது 7000 கோடி ரூபாயாக வைத்திருந்த கடனைத் தனது உழைப்பால், ஆற்றலால், திறமையால், தலைசிறந்த தலைமைப் பண்பால் ஒரே ஆண்டில் அதாவது 2020 ஆம் ஆண்டில் 3100 கோடி ரூபாயாகக் குறைத்தார் மாளவிகா. 2021 ஆம் ஆண்டில் கடன்கையை மேலும் குறைக்கப்பட்டு 1731 கோடி ரூபாய் ஆனது.



இடையில் கொரோனா தொற்றால் ஏற்பட்ட பாதிப்புகளை ஈடுகட்டிக் காபிடே நிறுவனத்தை முன்னணி நிறுவனமாக வலம்வரச் செய்தவர் மனவிலை மிக்க மாளவிகா ஹெக்டே.

கணவர் இறந்த துயரம் ஒருபுறம், அவர் விட்டுச்சென்ற 7000 கோடி ரூபாய் கடன்கையை மறுபுறம், தனது இரண்டு குழந்தைகளை நல்ல முறையில் வளர்க்க வேண்டிய பொறுப்பு ஒருபுறம், கடன்நோருக்குப் பதில் சொல்ல வேண்டிய நிர்ப்பந்தம் மறுபுறம், முதலீட்டாளர்களுக்கு மூலதனப் பாதுகாப்பு உத்தரவாதம் அளிக்க வேண்டிய சூழல் ஒருபுறம், தம்மை நம்பி வாழ்கின்ற ஆயிரக்கணக்கான ஊழியர்கள் மற்றும் அவர்தம் குடும்பத்தின் வாழ்வாதாரத்தைப் பாதுகாக்க வேண்டிய கடமை ஒருபுறம். இத்தனை இடர்களுக்கும் இடையில் தொடர் பயணம் மேற்கொண்டார். தளர்வின்றி உழைத்தார். தன்னம்பிக்கை அளித்தார்.

மாபெரும் சாதனைப் பெண்மணி யாகத் திகழ்ந்து வருகிறார் மாளவிகா ஹெக்டே. இவருடைய வாழ்க்கையிலிருந்து நாம் கற்றுக்கொள்ள வேண்டியவை: எத்தனை துயரங்கள் ஏற்பட்டாலும் துவண்டுவிடக் கூடாது. எத்தனை சவால்கள் வந்தாலும் எதிர்கொள்ள வேண்டும். ஆக்கச் சிந்தனையுடன் தொடர்ந்து உழைக்க வேண்டும். உழைப்பே உயர்வு என்பதை உணர வேண்டும்.



பணிச்சுழலில்
பணியாளர்கள்
எதிர்கொள்ளும்

சில பொதுவான சிக்கல்களும், அதற்கான தீர்வுகளும்

மனித இனம் எவ்வளவு பழமையானதோ அது போலவே ஒரு குறிப்பிட்ட நோக்கங்களுக்காக மனிதர்கள் குழுவாக இணைந்து பணி செய்தலும், நோக்கங்களை நிறைவேற்றுதலும் மிகவும் பழமையானது. பழங்காலக் கோவில்கள், நினைவுச் சின்னங்கள், அணைகள், பாலங்கள் அனைத்துமே பலரின் ஒழுங்கமைக்கப்பட்ட செயல்களின் மூலமே கட்டப்பட்டுள்ளன. கட்டுமானங்கள், நிறுவனங்கள், தொழிற்சாலைகள் எல்லா வற்றிலும் இன்றும் மனித குழுக்களே ஒன்றாக இணைந்து உழைப்பை வெளிப்படுத்தி, செயல்களை நிறைவேற்றி எல்லோரும் பயன் தைய உதவுகிறது.

குழுவாக இணைந்து பணிபுரிதல் நிறைய கற்றல் அனுபவங்கள், புதிய திறன்கள், பொருள்களும் வாய்ப்பு, புதிய மனிதர்களின் நட்புகள், மேம்பட்ட வாழ்க்கை எனப் பல்வேறு

வகைகளில் நமக்கு நன்மை கொடுத்தாலும், அமைப்புகளில் வேலை செய்யும் போது நமக்குப் பல பிரச்சனைகள் மன ரீதியிலும், சுற்றுச் சூழல் ரீதியிலும் ஏற்படவும், அதனால் நம் வாழ்க்கை பெரிய அளவில் பாதிக்கப்படவும் வாய்ப்புகள் இருக்கின்றன. அதற்கான நிறைய எடுத்துக்காட்டுகளும் இருக்கின்றன. எப்படி நன்மை பெறுவதற்காக இணைந்து பணி செய்கிறோமோ அது போலவே தீங்கு விளையாமல் இருக்கவும் பொதுவான விதிகள், வரைமுறைகள் செய்தலும், தனி மனிதர்கள் கடைப்பிடிக்கும் ஒழுங்குமுறை வகுத்தலும் பெரும்பாலான பிரச்சனைகள் வராமல் தடுக்கவும், வந்தால் தீர்ப்பது போன்ற அம்சங்களைக் கருத்தில் கொண்டும் நிறுவனங்கள் செயல்பட வேண்டும்.

ஒவ்வொரு நிறுவனமும் நிர்வாக மற்றும் உற்பத்திக்கு வரும் இடையூறுகள், சிக்கல்களைச்

சரி செய்யப் பல்வேறு விதிகள், வரைமுறைகளை உருவாக்குகிறது. பணியாளர்கள் எவ்வாறு பணிச்சூழலில் நடந்துகொள்ள வேண்டும் என்ற நடத்தை விதிகளின் தொகுப்பையும் (Code of Conduct) நடைமுறைப்படுத்துகிறது. ஆனாலும் பணியிட அரசியல், வேலைப்பான், தனிமனித தாக்குதல் அதனால் ஏற்படும் மன அழுத்தம், உடல் பாதிப்புகள், அதனால் உறவுகளில் ஏற்படும் சிக்கல்கள் என அதிகரித்துக் கொண்டே வருகிறது.

பொதுவாகப் பணியிடங்களில் பணியாளர்கள் எதிர்கொள்ளும் சிக்கல்கள்



தகவல்தொடர்புச் சிக்கல்கள் (Communication problem)

வேலை தொடர்பான தகவல்கள் அல்லது பொதுவான விஷயங்களை ஒருவருக்கொருவர் பரிமாறிக்கொள்ளும் போது சொல்பவர் மற்றும் கேட்பவரின் மனநிலை, மனப்பான்மை, வேலைகளின் படிநிலை ஆகியவற்றைப் பொறுத்துத் தவறான புரிதல், மோதல் ஆகியன ஏற்படுகின்றன. இதனால் ஏற்படும் மன உளச்சலால் வேலையில் கவனம் குறைந்து, உற்பத்தித் திறனும் குறைகிறது.

நச்ச வேலைச் சூழல் (Toxic work environments)

பணியாளர்கள் நிம்மதியுடன் பணி செய்வதையே விரும்பாமல் செயல்படும் சில நிறுவனங்களும் உண்டு. நிர்வாகப் பணியாளர்கள், சக பணியாளர்களைச் சின்ன காரணங்களுக்காகக் கொடுமைப்படுத்துதல், துன்புறுத்தல் மற்றும் மரியாதை இல்லாமல் நடத்துதல், வேலையில் ஒத்துழைப்புத் தராமல் இருத்தல், பணியாளரை அடுத்த நிலைக்கு முன்னேற விடாமல் தடுத்தல் போன்றவை ஒரு பணியாளர் நச்ச வேலைச் சூழலில் எதிர்கொள்ளும் சிக்கல்களாக இருக்கின்றன.

பன்முகத்தன்மை மற்றும் உள்ளடக்கம் இல்லாமை

(Lack of diversity and inclusion)

பன்முகத்தன்மை மற்றும் உள்ளடக்கம் இல்லாமை பணியாளர்களைத் தனிமைப்படுத்துதல் மற்றும் விலக்குதல் போன்ற உணர்வு கருக்கு வழிவகுக்கிறது, மேலும் பணியாளர்கள் சூழ்நிலையைக் கடினமாகவும், மதிப்பற்றும் உனருவதைப் பார்க்க முடிகிறது.

வேலைவாழ்க்கை சமநிலையின்மை (Work-life imbalance)

அதிகமான வேலை நேரம், திறனுக்கு அதிகமான வேலை, குறைவான சம்பளம் ஆகியவை வேலைவாழ்க்கை சமநிலையில் ஏற்றத்தாழ்வு ஏற்படுத்தி, மன அழுத்தம், சோர்வு மற்றும் உடல்நலப் பிரச்சினைகளுக்கு வழிவகுக்கிறது.

நியாயமற்று / முறையற்று நடத்துதல் (Unfair treatment)

ஒரு பணியாளரை நியாயமற்ற முறையில் நடத்துதல் மனக்கசப்பு மற்றும் கோபமாக உணர வழிவகுக்கும். மேலும் பணியாளர்கள் உந்துதல் இல்லாமலும், வேலையில் ஈடுபாடு இல்லாமலும் பணி செய்ய வழி செய்கிறது.

வளர்ச்சி மற்றும் முன்னேற்றத்திற்கான வாய்ப்புகள் இல்லாமை

(Lack of opportunities for growth and development)

பணி செய்யும் சூழலில் வளர்ச்சி மற்றும் முன்னேற்றத்திற்கான வாய்ப்புகள் இல்லாமை பணியாளர்களுக்குச் சலிப்பு, தேக்கம் மற்றும் ஊக்கமின்மையை ஏற்படுத்துகிறது.

தெளிவற்ற எதிர்பார்ப்புகள் (Unclear expectations).

பதவி உயர்வு, ஊதிய உயர்வு மற்றும் பிற விஷயங்களில் தெளிவற்ற எதிர்பார்ப்புகள் குழப்பம், ஏமாற்றம் ஏற்படுத்துவதோடு, பணிகளில் தொய்வு ஏற்படுகிறது.

வளங்களின் பற்றாக்குறை (Lack of resources)

வேலை செய்யும் சூழலில் பணிகள் செய்யப் போதுமான வளங்கள் இல்லாததால் பணியாளர்கள் தங்கள் வேலையைத் திறம்படச் செய்வது கடினமாக உணர வைக்கிறது.

நம்பத்தகாது காலக்கெடு (Unrealistic deadlines)

குறைவான நேரத்தில் அதிகமான வேலைகளைச் செய்யச் சொல்லிக் கெடு

விதித்தல் மன அழுத்தம், சோர்வு மற்றும் வேலைகளில் பிழை ஏற்பட வழி வகுக்கிறது.

மோசமான நிர்வாகம் (Poor management)

மோசமான நிர்வாகம் பணியாளர்களுக்குச் சரியான திசையும், உந்துதலும் கொடுக்காமல் உற்பத்தித் திறனைக் குறைக்க வழி வகுக்கிறது.

இப்படிப் பணிக்குழலில் ஊழியர்கள் எதிர் கொள்ளும் பல பொதுவான பிரச்சினைகள் உள்ளன. இந்தச் சிக்கல்கள் பணியாளர்களின் மன உறுதி, உற்பத்தித்திறன் மற்றும் ஓட்டுமொத்த நல்வாழ்வில் குறிப்பிடத்தக்க தாக்கத்தை ஏற்படுத்துகின்றன.. இப்பிரச்சினைகளைத்



தீர்க்க நிறுவனங்கள் எது போன்ற நடவடிக்கைகளை எடுப்பது முக்கியம் எனக் காண்போம்.

- பணியாளர்களுக்குத் தகவல் தொடர்பு மற்றும் மோதல் தீர்வு குறித்த பயிற்சியை வழங்குதல்

- எல்லாவற்றையும் உள்ளடக்கிய பணியிடத்தை உருவாக்குதல்

- பணியாளர்களுக்கு ஆரோக்கியமான வேலைவாழ்க்கை சமநிலையை உறுதி செய்தல்

- எல்லாப் பின்னணிகள் மற்றும் கலாச்சாரங்களிலிருந்தும் ஆட்களைப் பணியமர்த்துவது மற்றும் ஊக்குவிப்பது

- நிறுவனங்களுக்குத் தேவையான தெளிவான எதிர்பார்ப்புகளை வெளிப் படுத்திப் பணியாளர்களிடம் என்ன எதிர்பார்க்கப்படுகிறது என்பதைப் பணியாளர்கள் அறிந்திருப்பதை உறுதி செய்து, அந்த எதிர்பார்ப்புகளை நிறைவு செய்யத் தேவையான ஆதாரங்களை அவர்களுக்கு வழங்கும் வகையில் செயல்படுதல்.

- நிறுவனங்கள் பணியாளர்கள் எப்படிச் செய்கிறார்கள் என்பதை அவர்களுக்குத் தெரிவித்துத், தேவையான கருத்துக்களை வழங்கி மேலும் முன் னேற்றத்திற்கான பரிந்துரைகளை வழங்குதல்

- பணியாளர்களுக்கு உதவி தேவைப்படும்போது அவர்களுடன் இருத்தல், அவர்களுக்கு ஊக்கத்தையும் ஆதரவையும் வழங்குதல்

- வெற்றிகளைக் கொண்டாடுதல். பணியாளர்கள் தங்கள் இலக்குகளை அடையும்போது, அவர்களின் வெற்றியைக் கொண்டாட நேரம் ஒதுக்குதல்.

- மரியாதை சேர்க்கும் கலாச்சாரத்தை உருவாக்குதல். இதன் பொருள், ஒவ்வொருவரும் மதிப்பும் மரியாதையும் கொண்டவர்களாக உணரும் சூழலை உருவாக்குதல் என்பதாகும்.

- இது போன்ற நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்வதன் மூலம், நிறுவனங்கள் தங்கள் பணியாளர்களுக்கு மிகவும் சாதகமான மற்றும் உற்பத்திச் சூழலை உருவாக்க முடியும். இனக்கமான சூழலில் பணியாளர்கள், திருப்பதியுடன் பணி செய்கிறார்கள் என்பதை உறுதி செய்துகொள்ள முடியும்.

POVERTY 2 PROSPERITY FOUNDATION
Reg. No : 20/2020 | NFTI Aayog, Government of India - Reg. No : TN/2022/03/0073 | TIA : NOC
KSOT E-MAGAZINE

Poverty 2 Prosperity Foundation தொடர்புப்பட்ட ஆண்டு

2020

தலைமையிடம் : சேலம், தமிழ்நாடு

இது ஒரு தமிழ்நாடு நிறுவனம் ஆகும். கடத் மூன்று வருடங்களில் கல்வியிரிவில் பல்வேறு அறிக்கை மேம்படுத்தும் போட்டி நிவாரிகள், நிறுத் தேவையிடம் என பல நிகழ்ச்சிகளை நடத்தியுள்ளது. தொடர்த்து நடத்தி வருவிற்கு குறிப்பாக 30-க்கு மேற்பட்ட விளைவிளை நிவாரிகள், பேசு, கட்டுஞர், ஒளியம் போன்ற போட்டிகள், இணையவழி படிமுறைகள், கருத்தாங்குள் நடத்தப்பட்டுள்ளது. இதன் நிறுவனர் செல்வி சே. மீனா ஆவார்.

நீங்களும் இந்திருவனத்துடன் இணைந்து உங்கள் சேவைகளை நொடப் பிரும்பினால் நொடர்புக்கு +91-9626177111, poverty2prosperity@gmail.com

உங்கள் சேவைகளில் உங்கள் நங்களிப்பும் இருக்க விரும்பினால்
DONATE US

ACC NO : 184522010000064 | POVERTY 2 PROSPERITY FOUNDATION |
UNION BANK OF INDIA SEMMANDAMPATTI BRANCH | IFSC: UBIN0910466

KALAM SCHOOL OF THOUGHT (KSOT)
04290 - 299275 +91-9626177111 | www.kalschool.org | www.p2pfundation.com
@kalschool@p2pfundation



தொழில் முனைவோர்களாக உச்சம் தொட உத்திகள்

பேரா. இரா. நாகேஸ்வரி

முதல்வர், சீதாலெட்டுமி ஆச்சி மகளிர் கல்லூரி, பள்ளத்தார், சிவகங்கை

வெற்றி என்பது நொடியில் வந்து சேரும் விஷயமல்ல. ஒவ்வொரு அடியையும் அளந்து அளந்து அடைய வேண்டிய சிகரம் அது! அந்தச் சிகரம் தொட சில விஷயங்களைச் சரியாகச் செய்தாக வேண்டும். ஒருவர் தொழில்முனைவோராக வெற்றி பெற எந்தெந்த விஷயங்களைச் சரியாகச் செய்யவேண்டும் என்பதைப் பட்டியலிடலாம்.

தனித்தன்மை வேண்டும்

வணிகத்தையோ தொழிலையோ தொடங்குமுன் எப்படிப்பட்ட தொழிலை நாம் தொடங்கப் போகிறோம் என்பதை ஆழமாக எண்ணிப் பார்க்க வேண்டும். நாம் தொடங்கும் வணிகம் அல்லது தொழில் தனித்தன்மை உடையதாக இருக்கிறதா என்று எண்ணிப் பார்க்க வேண்டும் நாம் ஒவ்வொருவரும் தனித்தன்மை உடையவர் தான். ஒருவர் மாதிரி இன்னொருவர் இருப்பதில்லை. ஒவ்வொருவரிடமும் ஒரு தனித்தன்மை மிலிரவே செய்கிறது. ஆனால் வணிகம், தொழில் என்று வரும்போது நமக்கிருக்கும் தனித்தன்மையை முழுவதும் மறந்துவிட்டு, தேர்வு எழுதும் மாணவனைப் போல சுற்றும் முற்றும் பார்த்து ‘காப்பி’ அடிக்கிறோம்.

அந்த ஏரியாவில் நிறைய டக்கடை இருக்கிறது. அங்கு இருக்கிறவர்கள் நிறைய முக்கியமாக குடிப்பார்கள் போல! என்று நினைத்து நாமும் ஒரு டக்கடை திறந்தால் அது பத்தோடு பதினொன்றாகத்தான் இருக்கும். ஏற்கெனவே உள்ள ஒரு வியாபாரத்திற்கு போட்டியாக

இன்னொன்றை ஏன் நாம் தொடங்க வேண்டும்? போட்டியே இல்லாத ஒரு புதிய தொழிலை ஏன் நாம் தொடங்கக்கூடாது? அப்படித் தொடங்கினால்தான் நமக்கான வாடிக்கையாளர்கள் கிடைப்பார்கள். அதன் மூலமாக நிலையான இலாபம் கிடைத்துக் கொண்டே இருக்கும்.

முதலில் பணம், பிறகு தொழில்

சிலர் ஏதோ ஓர் ஆர்வக் கோளாறில் தேவையான அளவு பணத்தை வைத்துக் கொள்ளாமலே தொழிலை நடத்தப் பார்க்கிறார்கள். விளைவு? மூலப் பொருட்களை வாங்க, உற்பத்தி செய்ய, மார்க்கெட்டிங் செய்ய, ஆட்களுக்குச் சம்பளம் தர என எல்லாவற்றுக்கும் பணத்தைத் தேடி அலைய வேண்டியதாகிவிடுகிறது. அவசரத்துக்கு அதிக வட்டியில் கடன் வாங்க வேண்டிய சூழ்நிலை உருவாகும். நிறைய கடன் வாங்கிய பிறகு தொழிலில் கொஞ்சம் சுனக்கம் கண்டாலும் கடன்காரர்கள் நம் கழுத்தை நெரித்துவிடுவார்கள். இந்தப் பிரச்சனையைத் தவிர்க்க, கையில் போதிய அளவு பணம் இல்லாமல் நாம் தொழிலில் ஈடுபடக் கூடாது. உலகப் புகழ் பெற்ற தொழில் அதிபர் ஹெரால்ட் ஜெனீன், பணம் இல்லாமல் இருப்பதே ஒரு முதலாளியோ அல்லது அவரின் மேலாளரோ செய்யும் மிகப் பெரிய தவறாக இருக்கும் என்கிறார்

இதற்காக, ‘என்னிடம் பணமில்லை, எனவே நான் எப்படித் தொழிலைத் தொடங்குவது?’ என்று மலைக்க வேண்டாம். பணம் உங்களுடையதாக இருக்கலாம்; வங்கியில் கடன் வாங்கியதாக இருக்கலாம்; நமது

கூட்டாளியின் பணமாக இருக்கலாம். வாடிக்கையாளர்களிடமிருந்து பெற்றதாகவும் இருக்கலாம். பிரச்சனைகள் வராமல் இருக்கவேண்டுமெனில் நம் கையில் பணம் இருக்கவேண்டும்.

நாம் செய்யும் தொழிலில் அதிக இலாபம் வரலாம்; ஆனால் கையில் போதிய பணம் இல்லை என்றால் நம்மால் நீண்ட நாளைக்கு அந்தத் தொழிலில் தாக்குப் பிடிக்கமுடியாது. அதே போல், நாம் செய்யும் தொழிலில் இலாபம் இல்லை என்றாலும், கையில் பணம் இருந்தால் நீண்ட நாளைக்கு நம்மால் தொழிலைத் தொடர்ந்து நடத்த முடியும்.

நம்மிடம் இருக்கும் பணப்புழக்கமே (cash flow) நம் மீதான நம்பகத்தன்மையை அதிகரிக்கச் செய்யும். வங்கிகளும் மற்ற நிதி நிறுவனங்களும் போட்டி போட்டுக் கொண்டு இன்னும் கடன் கொடுக்க முன்வருவார்கள்.

பணப்புழக்கம் மிகவும் முக்கியமானது

வியாபார உலகில் ஒரு பிரபலமான சொற்றொடர் உண்டு. ‘Topline is vanity, Bottomline is sanity, but cash flow is reality.’

நாம் ஆயிரம் கோடிக்கு அதிபதியாக வேண்டுமானாலும் இருக்கலாம்; நம் நிறுவனத்தின் சொத்து சுலபமாகக் கரையாதபடிக்கு இருக்கலாம். இத்தனை இருந்தும் எந்தப் பயனும் இல்லை. நமது நிறுவனத்தில் பணப்புழக்கம் இருக்கிறதா, இல்லையா என்பதுதான் முக்கியம். அது மட்டுமே யதார்த்தம், மற்றதெல்லாம் மாயை. பெரும்பாலான தொழில்முனைவோர்கள் பணப்புழக்கத்தில் அதிக அக்கறை செலுத்துவதில்லை. அதிகப் பணப்புழக்கம் உள்ள நிறுவனங்கள் மட்டுமே அடுத்து என்ன, என்ன என்று யோசிக்கிறார்கள். நல்ல, சிரான பணப்புழக்கத்துக்கு வாடிக்கையாளர்களிடம் இருந்தும் முதலீட்டாளர்களிடம் இருந்தும் கவனமாகப் பணத்தைப் பெற வேண்டும். ஆனால் இது அவ்வளவு எளிதான் வேலை இல்லை. நாமும் சரி, அக்கவுன்ட் டிபார்ட்மென்ட்டில் இருக்கும் நமது ஊழியர்களும் சரி, வாடிக்கையாளர்களிடமிருந்து பணத்தை வாங்கும் போது புன்னகை தவழும் முகத் தோடு இருக்கவேண்டும். பணத்தை வாங்கும்போது நாம் கடுகடுத்த முகத்தோடு இருந்தால் நல்ல

வாடிக்கையாளர்களை நாம் இழக்க வேண்டியிருக்கும்.

வாடிக்கையாளர் ஆதரவு

ஒரு நல்ல வியாபாரிக்கு அழகு, வாடிக்கையாளர்களுடன் எப்போதும் தொடர்பில் இருப்பது. நமது வாடிக்கையாளர்களுக்கு என்ன தேவை என்று கேட்டறிந்து அந்தச் சேவையையோ அல்லது பொருளையோ கொடுத்தால் அவர்கள் நம்மை விட்டு வேறு இடத்துக்குப் போகவே மாட்டார்கள். புதிய வாடிக்கையாளர்களை உருவாக்குவதைவிட ஏற்கெனவே இருக்கும் வாடிக்கையாளர்களுக்கு அதிகம் விற்பது இலாபகரமாக இருக்கும். அவர்கள் நமக்குப் புதிய வாடிக்கையாளர்களை அறிமுகப்படுத்திக் கொண்டே இருப்பார்கள்.



எண்களைக் கவனித்துச் செயல்பட வேண்டும்

நம் நிறுவனத்தின் எண்களை எப்போதும் துல்லியமாக நினைவில் வைத்திருக்க வேண்டும்.. விற்பனை, இலாபம், கடன், நிறுவனம் எப்போது சமன்பாட்டுப் புள்ளி (Break even point) அடையும் என்பது போன்ற விஷயங்களைக் குழப்பமில்லாமல் தெரிந்து வைத்திருக்க வேண்டும்.

சமன்பாட்டுப் புள்ளி என்பது, “பொருட்கள் சேவைகள், உற்பத்தி வழங்கலின்பொழுது ஏற்பட்ட செலவும், வருமானமும் சமப் படும் புள்ளியாகும். இப் புள்ளியில் இலாபமோ நட்டமோ காணப்படாது. கிரயக் கணக்கியலிலும் (Cost Accounting), பொருளியலிலும் உற்பத்தி அலகுகளின் எண்ணிக்கையைத் தீர்மானிப்பதற்கு இப்புள்ளி இன்றியமையாததாகிறது.

நமது தொழில் எப்போது சமன்பாட்டுப் புள்ளி அடையும்

என்று நமக்குத் தெரிந்தால் தான் தேவையான பணப் புழக்கத்தை நம்மால் கொண்டு வரமுடியும். பணப்புழக்கம் இருந்தால்தான் பிரச்சனைகளில் இருந்து தப்பிக்க முடியும். ஆனால் இலாபம் அடைவது மட்டுமே நம் இலட்சியமாக இருக்கக்கூடாது. அது குறைந்த பட்ச இலக்கு. இலாபமும் நட்டமும் இல்லாத ஒரு நிலைதான் அது. அடுத்தகட்ட வளர்ச்சியை நோக்கி நாம் தொடர்ந்து முன்னேற்றத்தான் ஆகவேண்டும்.

ஆலோசகர்களை உருவாக்குதல் காலத்தின் கட்டாயம்

நமது நலன் விரும்பும் ஆலோசகர்களையும் நலன் விரும்பிகளையும் அதிகரித்துக் கொண்டே இருக்க வேண்டும். ஏற்கெனவே தொழிலில் இருப்பவர் களிடம் தொடர்பில் இருக்க வேண்டும். அவர்களிடம் அடிக்கடி பேசி ஆலோசனை கேட்க வேண்டும். நீங்கள் என்ன செய்கிறீர்கள் என்று அவர்களுக்குத் தெரிவித்து அது குறித்த பயனுள்ள கருத்துக்களைக் கேட்டுத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். சில சமயம் நல்ல வாடிக்கையாளர்களைக் கூட உங்களுக்கு அறிமுகப்படுத்துவார்கள். அவர்களிடம் நம் மீதான நம்பிக்கையை அதிகரிக்கும்போது அவர்கள் நமக்குப் பண உதவிகூடச் செய்ய வாய்ப்பிருக்கிறது. நம்புங்கள், வெற்றியடைந்த தொழிலதிபர்கள் வளர்ந்து வரும் தொழில்முனைவோர்களை நிச்சயம் ஊக்கப்படுத்துவார்கள். அவர்களைப் போன்றவர்களிடம் உதவி கேட்கத் தயங்கக் கூடாது. ஒருவேளை அவர்கள் இல்லை என்று சொன்னால்கூட அதனால் பெரிய பாதிப்பு நமக்கு வந்துவிடாது.

வாடிக்கையாளர்கள் பார்வையில் சிந்திக்க வேண்டும்

நமது பார்வையில் தொழிலை நடத்தக் கூடாது. எப்போதும் வாடிக்கையாளர் பார்வையில் நம் தொழிலைச் சிந்திக்க வேண்டும். நமக்கும் நம் நிறுவனத்துக்கும் ஒரு நன்மதிப்பு இருக்கும். அதன்படிதான் தொழிலை நடத்துவேன் என்று நாம் சொன்னால் வாடிக்கையாளர்கள் நம்மை வேறுவகையில் பார்ப்பார்கள். நாம் நம் வாடிக்கையாளர்களுக்கு என்ன கொடுக்க விரும்புகின்றோம்



என்பதைவிட வாடிக்கையாளர்கள் நம்மிட மிருந்து என்ன எதிர்பார்க்கிறார்கள் என்பதே முக்கியம்.

நன்கு திட்டமிட வேண்டும்

ஐந்தாண்டுகளுக்குப் பிறகு நம் நிறுவனம் எப்படி இருக்கவேண்டும் என்று இப்போதே திட்டமிட்டுக் கணவு காண வேண்டும். இந்தக் கணவு நமக்கு நம்பிக்கை அளிக்கும். நமது கனவை நம்மிடம் உள்ள பணியாளர்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ள வேண்டும். அந்தக் கணவு நோக்கிச் செல்ல அவர்களுக்கு ஊக்கம் கொடுக்க வேண்டும். நமது கனவு யதார்த்தத்தில் நடக்காது என்று யாரும் சொன்னால் அதற்காகக் கவலைப்படக்கூடாது. வியாபார உலகில் எல்லாக் கனவுகளும் சாத்தியம்தான்.

வந்த பாதையைத் திரும்பிப் பார்க்க வேண்டும்

நாம் கடந்து வந்த பாதையை அடிக்கடி திரும்பிப் பார்க்க வேண்டும். அதாவது, நம் வியாபாரக் கணக்கு வழக்குகளைத் திருப்பிப் பார்க்க வேண்டும். அதை எப்போதும் தவிர்க்கக் கூடாது. அதேபோலக் கெட்ட செய்திகளைக் கேட்பதைத் தவிர்க்கக் கூடாது.

எல்லாக் கெட்ட செய்திகளும் தற்காலிகம் தான். ஆனால் இந்தக் கெட்ட செய்திகளைக் கேட்டுச் சரி செய்யாமல் இருப்பதுதான் நம் நிறுவனத்துக்கு நாமே செய்யும் கேடு.

சிந்தனை ஒன்றே வெற்றிக்கான தாரக மந்திரம்

மற்ற தொழிலில் இருந்து நமது தொழிலை எப்படி வித்தியாசப்படுத்துவது என்பது பற்றிச் சிந்தித்துக் கொண்டே இருக்க வேண்டும். இந்தத் தனித்தன்மையான சிந்தனை தான் நமக்குப் போட்டி இல்லாத நிலையை உருவாக்கும்.



எழுநினூக்கள் உளியே!

பேராசிரியர் முனைவர்
மா.சுப்புராஜ்

சாதான் பொறியியல் கல்லூரி,
ஐதராபாத்.
அமைப்பாளர்
ப்ராஜெக்ட் ஆக்சிஜன் ஃபேக்ட்டரி
நந்தரபாண்டியம், விருதுநகர்

தல்லுக்குள் புதைந்திருக்கும் “திருமுகத்தை” நமக்குக் காட்டிடத் துணையாக இருப்பது “உளி”யே ஆகும்.

விலக்குவன விலக்கிய பின், வேண்டுவன கிடைக்கும் போது தெய்வீகத்தை அறியலாம். மனித மனத்திற்குள்ளாரும் விலக்க வேண்டியவை பல உள்ளன. அவை விலக்கிய பின் மனமே விளக்காகி விடும்! அதற்குத் தேவை புத்தகங்கள். நல்ல புத்தகங்கள் நமக்கு ஆசானாகும். அவை உற்ற தோழனாகவும் விளங்குகின்றன. மனத்துக்கு இனிய மாமருந்தே நூல்கள்.

யார் ஒருவர் மக்களோடு மக்களாக வாழ்கிறாரோ அவருக்கு நோய் என்பது இல்லை. நூலோடு வாழ்வதற்கும் நுண்ணிய அறிவு பெற்று, நோயற்ற வாழ்வும் பெரும் செல்வமும் பெறுவார். வாசிக்க வாசிக்க இருள் அகலும். உண்மை புலப்படும். அண்மைக்காலமாக எனக்கு அந்த வாய்ப்பு கிடைத்தது. உள்ளத்தில் இருந்த “கசுடு” விலகி மனம் “வெள்ளி”யென ஓளிர்கிறது.

ஒளிர்க் காரணமாய் அமைந்த சில புத்தகங்களும் அவற்றின் ஆசிரியர்களும், இங்கே....

மயிலை சீனி வேங்கடசாமி எழுதிய புத்தமும் தமிழும் மற்றும் சமணமும் தமிழும் என்ற இரண்டு

புத்தகங்கள், 2000 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு இந்த இரண்டு மதங்களும் தமிழ்நாட்டின் மீது செலுத்திய செல்வாக்கை மிகத் தெளிவாக விளக்கிக் கூறுகின்றன. ஒரு “சமயம்” எவ்வாறு எழுச்சி பெறுகின்றது? மக்களிடம் எப்படி எல்லாம் தாக்கத்தை ஏற்படுத்துகின்றது? அது வீழ்ச்சி அடைவதற்கான காரணம் என்ன? என்பனவற்றை மிகத் தெளிவாக ஆராய்ச்சிப் பூர்வமாக மயிலை சீனி வேங்கடசாமி அவர்கள் பதிவு செய்துள்ளார்கள். கட்டாயம் வாசிக்க வேண்டிய புத்தகங்கள். இன்று தமிழகத்தில் எந்த ஊருக்குச் சென்றாலும் நாட்டார் தெய்வ வழிபாடு மக்களின் வாழ்வோடு பின்னிப் பினைந்து இருப்பதைக் காணலாம். ஐயனார் சாஸ்தா ஐயப்பன் என்ற பெயரில் நாம் வழிபட்டுக் கொண்டிருக்கின்றோம். அந்த வழிபாட்டு முறை “ஆசீவக” வழி பாட்டு முறையாகும்.

பேராசிரியர் திரு. கா.நெடுஞ் செழியன் அவர்கள் எழுதிய ஆசீவகமும் அய்யனார் வரலாறும் என்ற புத்தகம் தமிழ் மன்னை அறிந்திட வாசிக்க வேண்டிய நூலாகும்.

அண்மையில் மூத்த பத்திரிகையாளர் பன்னீர் செல்வம் எழுதிய கலைஞர் மு.கருணாநிதி வரலாறு என்ற புத்தகம், முன்னாள் முதலமைச்சர்





கலைஞர் மு.கருணாநிதியின், குழந்தைப் பருவம் தொட்டு, அவருடைய சயமரியாதை, சமூக நீதி, கலைத்துறை, பத்திரிகைத் துறை, சினிமா, அரசியலில் அவர் அடைந்த உச்சம், சந்தித்த சவால்கள், அவரின் மறைவு வரை வாசகனுக்குக் கண் முன்னே காட்டிடும் வரலாற்றுச் சிறப்புமிக்க அறிவாலயம் ஆகும். இளைஞர்களுக்கு இது ஒரு தன்னம்பிக்கைப் புத்தகமாகவும் விளங்குகின்றது. இந்தப் புத்தகத்தை வாசிக்க வேண்டும், வாழ்வில் வளர்வதற்கு.

இய்வு பெற்ற ஜி ஏ எஸ் அதிகாரி மு. ராஜேந்திரன் எழுதிய “காலாபாணி” என்ற புத்தகம், வாசிக்கும் பொழுதே கண் கலங்கச் செய்து விடுகின்றது. சின்ன மருது பெரிய மருது வீழ்ச்சிக்குப் பின் சிவகங்கைச் சீமையின் கடைசி ராஜா நாடு கடத்தப்பட்டு, ஆன், அம்பு, சேனை, படை, பரிவாரம் ஏதும் இல்லாமல், கடல் தாண்டி ஓர் தனிமைச் சிறையில் வாழ்ந்து மறைந்த சம்பவத்தைக் காலவாரியாக ஆசிரியர் பதிவு செய்துள்ளார்.

இதயத்தை நொறுங்கிடச் செய்யும் படைப்பு. மனிதர்கள் எப்படியெல்லாம் தியாகம் செய்து ஆங்கில ஆட்சிக்கு எதிராகப் போராடினார்கள் என்பதை நமக்கு உணர்த்துகின்றது. தமிழ் சினிமாவிற்கு ஓர் நல்ல கதை கிடைத்துள்ளது. அதுவே காலா பாணி.

பேராசிரியர் தொ.பரமசிவனின் பலவேறு புத்தகங்கள், நாட்டார் தெய்வ வழிபாட்டை நம் கண் முன்னே காட்டுகின்றன. கோவில் நிறுவனங்களாக மாறுவதற்கு முன்பு, அதாவது வைத்தீக்க கலப்பு இல்லாமல், அங்கங்கே வாழும் ஊர்க் குடிகள் தங்களோடு இணைந்த உணவு உடை உற்பத்திப் பொருட்கள் ஆகியவற்றை வைத்து எவ்வாறு தங்கள் வழிபாட்டு முறையை அமைத்துக் கொண்டார்கள் என்பதைத் தொ. பரமசிவனின் பல புத்தகங்களின் வாயிலாக அறிந்து கொள்ள முடிகின்றது.

அவரின் கீழ்க்கண்ட புத்தகங்களை அனைவரும் கட்டாயம் படித்துத் தொலைந்து போன, நம்மோடு இருக்கக்கூடிய கலாச்சாரத்தை அடுத்த தலைமுறைக்குச் சிந்தாமல் சிதையாமல் பரிமாறிட வேண்டும்.

- சமயங்களில் அரசியல்,
 - அறியப்பட வேண்டிய தமிழகம், அறியப்படாத தமிழகம் ,
 - அழகர் கோவில்,
 - பாளையங்கோட்டை வரலாறு ,
 - நீராட்டும் ஆறாட்டும்,
 - தெய்வம் எனபதோர்,
 - மரபும் புதுமையும்,
 - தமிழர் உறவு முறைகளும் சமயமும் வழிபாடும்
- (இன்னும் பல)..

மேற்கண்ட புத்தகங்கள் நமது தாத்தா பாட்டி முப்பாட்டன் போன்றோரின் கலாச்சாரத்தை, வாழ்வியலைக் கண்முன்னே காட்டும் கண்ணாடியாக விளங்குகின்றன.



மேற்கண்ட புத்தகங்கள் காலம் காட்டும் கண்ணாடியாகும்.

ஒவ்வொரு புத்தகத்தைப் பற்றியும் தனித்தனியே திறனாய்வுக் கட்டுரைகள் எழுதிட வேண்டும்.

மேற்கண்ட மாபெரும் ஆளுமைகளின் படைப்புக்கள் தமிழ் மன்னின் வழிபாடு, வாழ்க்கை முறை, உணவு உடை அகம் புறம், சமூக அமைப்பு போன்றவற்றை அறிந்து கொள்ள நம்மை 2500 ஆண்டுகள் பின்னோக்கி அழைத்துச் சென்று காண்பிக்கின்றன.

அவற்றை; க கண்டபின் அதாவது திரை விலகிய பின் உண்மையை என்னால் அறிந்து கொள்ள முடிந்தது. நீங்களும் அறிந்து கொள்ள வாசியுங்கள்.

எழுத்துக்களே உளியாகும்!

இல்லை இல்லை ஒளியாகும்!!

முனையில் வெற்றிடமானால் சிந்தனை சாத்தியமில்கலை



முள்ளஞ்சேரி மு.வேவையன்

அமைப்பாளர்
குழுமி அறிவியல் பேரவை

பேருந்துகளில் பயணம் செய்யும்போது பெண்களுக்குக் கட்டணமின்மை குறித்துக் கேள்வியும் நக்கலும் மூனையில் வெற்றிடமானவர்களால் கேட்க முடியும். இருக்கை கிடைக்கவில்லை யென்றாலும் சீக்கிரமாக எழும்பி இறங்குமிடத்திற்கு வரவில்லை யென்றாலும் ஏதேனும் கனமான பொருட்களைத் தூக்கி வந்தாலும் இந்த வசைச்சொற்களைக் கேட்கமுடியும். மேக்கப்பும் போட்டுவிட்டு மினுக்கிக் கொண்டு வந்திடுவாருவ? சம்மா கிடைச்சா பம்மாத்துதான்னு இன்னும் பல சொற்கள் வந்து கொண்டே இருக்கும்னு இவர்கள் ஏதோ நூறு இருநூறு கொடுத்து டிக்கெட் எடுத்துப் பறந்தது போல மேதாவித்தனம்.



இ காசுக்குகூட ஆகாத ஐந்து ரூபாய் டிக் கெட்டில் பயணப்படுகிற நிலையில் பெண்களை இப்படி இளக்காரப்பேசுச் பேசுகின்றனர்.

நடத்துநர் ஓட்டுநர் அவர்களைல்லாம் தற்போது இத்தகைய பேச்சைக் குறைத்து விட்டார்கள். காரணம் யாரேனும் சமூக வலைத்தளங்களில் போட்டுவிட்டால் பரிதாப நிலைக்கு ஆளாகிவிட வேண்டியதிருக்கும்.

இவைசம் என்றவுடன் ஏதோ இரக்கப்பட்டுக் கொடுக்கிறது என்ற சிலரின் நினைப்பு

பரிதாபத்துக்கு உரியது. மண்ணில் பிறந்த அனைவரும் சமம், அடிப்படை உரிமைகள் எல்லோருக்கும் வேண்டும் என்பதைப் புரிந்து கொள்ளத் தவறுகிறார்கள். இலவசம் என்பது எல்லோர் தலையிலும் விழுந்துவிடும் கடன்சமை என்ற புரிதலைப் புகுத்திவிட்டார்கள். மனிதன் நாகரிகம் அடைந்த காலக்கட்டத்தில் சிலர் மட்டும் வாழ்வதற்கான உலகாக இருக்கக்கூடாது. மக்களை மேம்பட்ட வாழ்வுக்குக் கொண்டு செல்வதே சிறந்தது.

செல்வந்தரிடம் நியாயமான வரியாகப் பொருள் பெற்று வறியோர்க்குப் பகிர்ந்தளிப்பது சோஷலிச ஜனநாயகம். 1920இல் நீதிக்கட்சி ஆட்சியில் சென்னையில் சில நகராட்சிப் பள்ளிகளில் அறிமுகப்படுத்தப்பட்ட மதிய உணவுத் திட்டம் 1925இல் பிரிட்டிஷ் அரசால் தடை செய்யப்பட்டு மீண்டும் அனுமதிக்கப்பட்டது. பின்னர் காமராஜர் ஆட்சியில் அனைவரும் எதிர்த்தும் அதனை நடைமுறைப்படுத்தி வெற்றிகண்டார். அதனைத் தொடர்ந்து எம்.ஜி. இராமச்சந்திரன் ஆட்சிக் காலத்தில் தான் பெரும் அளவில் சத்துணவுத் திட்டமாக நடைமுறைப்படுத்தினர்.

இவையெல்லாம் சமூக வளர்ச்சியைத்தான் கொண்டு வந்தன. அதையே உழைக்காமல் வாழ வழிவகுத்து மக்களைச் சோம்பேறியாக்கும் திட்டமென வசைபாடினார்கள். அடித்தட்டு மக்களை மேம்படுத்த நலத்திட்டங்களே அவர்களை நேரிடையாகச் சென்றடைபவை. அதன்பின் கலைஞர் கருணாநிதி, ஜெயலலிதா அம்மையார் ஆட்சிக் காலங்களில் இத்திட்டம் விரிவுபடுத்தப்பட்டு இன்று காலைச் சிற றுண்டியும் வழங்கும் திட்டமாக இந்தியத் திருநாட்டிற்கே முன்னோடியாய்த் திகழ்ந்து வருகிறது. இதனால் பள்ளிகளுக்குக் கல்வி கற்க வரும்



குழந்தைகள் இடைநிற்றல் பெருமளவில் குறைந்ததும், மாண வர்தம் ஊட்டச்சத்து அளவில் முன்னேற்றமும் ஏற்பட்டுள்ளதாக ஆய்வுகள் கூறுகின்றன.

‘இலவசங்கள்’ என்று கூச்சலிடும் பலர் அரசு கல்வி நிலையங்களில் அரசின் உயர் கல்வி நிறுவனங்களில் அரசு மருத்துவக் கல்லூரிகளில் குறைந்த கல்விக் கட்டணத்தில் படிக்கும் போது அதனை இலவசமென்றோ உதவித்தொகையென்றோ மானியம் என்றோ உணர்வதில்லை. உயர்ந்த நிலையில் இருப்ப பவர்கள் பலர் மத்திய மாநில உயர்கல்வி நிறுவனங்களில் குறைந்த செலவில் படித்துத் தாய்நாட்டிற்கே பயன்படாமல் வெளிநாட்டுக்குப் பறந்து விடுவதை அறிவதில்லை. அவர்கள் கிடைத்த சலுகைகளை நாட்டுக்குத் திருப்பிக் கொடுத்தார்களா என்பதைப் பற்றியும் கவலை கொள்வதில்லை.

நமக்கு உணவளிக்கத் தலையில் சமந்துவரும் மீன்விற்பனையாளர்கள் பேருந்தை நிறுத்தி ஏறும்போது முகம் சமிக்கிறார்கள். அன்றாடம் கூலிவேலை செய்யும் தொழிலாளி தனது பணிக் கருவிகளை ஏற்றி வரும் போது முகம் இருண்டு போகிறது. சோறுகொடுக்கும் விவசாயி விளைபொருளை ஏற்றிவிட்டால் வெப்பமடைகிறார்கள். உடனே அவர்களுக்கான உரிமையை அபகரித்தது போல் பதற்றமடைகிறார்கள். எங்கோ இவர்கள் சாதிக்கக் கிளம்பி விட்டதுபோல் வியாக்கியானம் பேசிக்கொள்கிறார்கள் வழங்கிய அரசுகளையும் ஏனைம் செய்வார்கள்.

அரசு கல்விக்காகக் கொடுக்க வேண்டும்.

அரசு மருத்துவம் கொடுக்கவேண்டும். அது ஆரோக்கியமான சமூகத்தை உருவாக்கும். அதனை இலவசம் என்று கொச்சைப்படுத்துவது சரியானது அல்ல. மனித உழைப்பு அனைத்தும் உழைப்புதான். சமையல் செய்தலும், பாத்திரம் கழுவதலும், தெருவைப் பெருக்கித் துப்புரவு செய்தலும், முடிதிருத்தமும், துணியைத் துவைத்து வெளுத்தலும், மீன்பிடித்தலும் விவசாயமும் எல்லாம் உழைப்புதான். அவர்களுக்கு எல்லாம் வழங்கப்படுவது உரிமையாகக் கருதப்பட வேண்டும்.



இருவரை அரசுப்பணியில் அல்லது தனியார் நிறுவனப்பணியில் சேர்க்கும்போது அவருடைய உழைப்பு முழுமையாகக் கிடைக்கப்பட வேண்டித்தான் அவர்களுக்கு ஊதியமும், வீட்டுவாடகையும், குடும்பத்திற்கே மருத்துவப்படியும் குழந்தைகளுக்குக் கல்வி வசதியும் போக்குவரத்து வசதியும், ஆண்டுக்கொரு முறை சுற்றுலா வசதியும் கூடுதலாகப் பணிசெய்யும்போது இன்னும் கூடுதல் நிதியும் வழங்குகிறார்கள். மற்றவர்கள் உழைப்பும் இந்தச்

சமூகத்துக்குத்தான் பயன்படுகிறது. அவர் களுக்கான உரிமைதான் இலவசமாக வழங்கப்படுகிறது என ஏன் உணரமறுக்கிறார்கள்?

பள்ளி கல்லூரிகளில் புத்தகம், மடிக்கணினி, மிதிவண்டி, காலனி ஆகியவற்றை இலவசமாகத் தருவதால் ஊர்ப்புற, நகர்ப்புற ஏழை மாணவர்கள் பயன் பெறுகிறார்கள். கல்வி சார்ந்த இத்தகைய உதவிகள் வளர்ந்த நாடுகளிலேயே அளிக்கப்படுகின்றன.

வளர்ந்த நாடுகளிலேயே பல்கலைக்கழக உணவகங்களில் மாணாக்கர்க்குச் சலுகை விலையில் உணவு அளிக்கப்படுகிறது. அமெரிக்காவில் மாணவர்களின் கல்விக் கடனை ஜனாதிபதி ஜோ பைடன் அவர்கள் தள்ளுபடி செய்து அறிவிப்பு வெளியிட்ட செய்தியைப் பார்த்தோம். முதியோர் நலத் திட்டங்களும் வளர்ந்த, வளரும் நாடுகளில் பின்பற்றப்படும் நடைமுறைதான். தொலைக்காட்சிப் பெட்டி, மிகஸி, கிரைண்டர் போன்றவைகளும் மனிதத் தேவைகள்தான். கேளிக்கை உரிமையோ தகவலறியும் உரிமையோ அவனுக்கு இல்லை என்னும் கருத்து சரியானதாக இருக்காது.

ஏழையொருவன் அடிப்படைத் தேவைகள் பெற மட்டுமே தகுதியானவன் என்பது பொருளாதாரச் சமத்துவத்துக்கு எதிரான சிந்தனை. உயர்தொழில்நுட்பத்தைப் பரவலாக கும் போது உற்பத்தி அதிகரிக்கும். உற்பத்தி அதிகரித்தால் அதிக விலைகொடுத்து வாங்கும் நிலை மாறும் அல்லவா. அதனால் பயன்பெறப் போவது எல்லோருமாகத் தான் இருக்க முடியும். இப்பொருட்களைக் கொடுப்பதை விட இவற்றை வாங்கும் திறனை அவனுக்கு

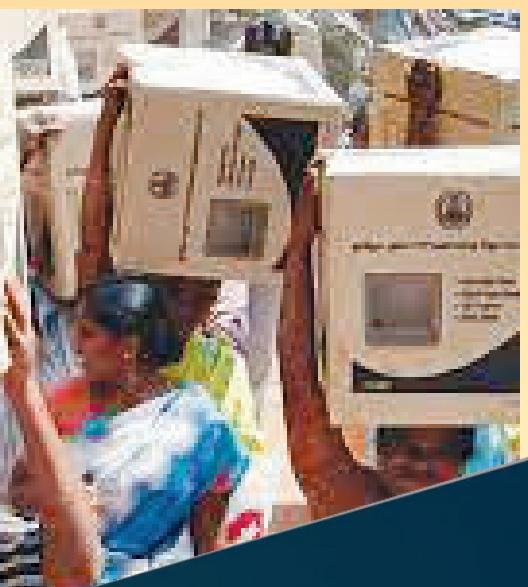
அளிக்க வேண்டும் என்று சொல்வது கேட்பதற்கு நன்றாகத்தான் உள்ளது. அந்த இலக்கை அடையும்வரை அவன் இலவு காத்த கிளியாகக் காத்திருக்க வேண்டுமா? இல்லை வாழாது மடியவேண்டுமா?

100 நாள் உத்தரவாத வேலைத்திட்டம் எத்தனை குடும்பங்களின் பசியைப்போக்கியது அதனால் உழைப்பை வழங்கிய முதியவர்களுக்குக் கையில் பலன்பெறும் ஆதாரமாக இருந்தது.

இம்மாதிரியான நலத்திட்டங்கள் பொருளாதாரத்தில் கடைநிலையில் இருப்போர்களுக்குக் கைகொடுத்து வந்தது. அதனை முறையாக நடைமுறைப்படுத்தத் தெரியாதவர்களைக் கண்டிக்காமல் அதனால் பயன்பெறுவோரை நக்கல் செய்யும் நிலையைக் கண்டு வருகிறோம்.

விவசாயம் செய்பவர்கள் அதற்கேற்ற விலையைப்பெற இயலவில்லை. உழைப்புக்கான முழுப் பயனும் கிட்டாத விவசாயத்திற்கு இலவச மின்சாரம் வழங்கப்படுவதிலும் மானியங்கள் வழங்குவதிலும் என்ன தவறு இருக்கிறது? விளைபொருட்களைக் குறைந்த விலையில் வாங்கி உண்டு அனுபவிக்கும் நமக்கான இலவசம்தான் என்பதை உணராமல் இருக்கின்றோம். சாலை வசதி, குடிநீர் வசதி போன்றவை மட்டுமே வளர்ச்சித் திட்டங்கள் என்று கணிப்பதை விடுத்து, ஒட்டுமொத்தச் சமூக வளர்ச்சிக்கான நலத்திட்டங்களும் வளர்ச்சித் திட்டங்களே என்பதைச் சமூகம் உணர்தல் வேண்டும்.

கல்விக்கடன் தள்ளுபடி செய்தலும் சமூக நலன் சார்ந்ததுதான். இதனால் பெரும்



இழப்பு ஏற்படப் போவதில்லை. பெரும் முதலாளிகளின் இலட்சம் கோடி ரூபாய் வங்கிக் கடன்களை எந்தக் கண்ணோட்டத்தில் தள்ளுபடி செய்கிறார்கள் என்பதைக் கண்டு கொள்வதில்லை. தனக்கு வேலை செய்ய ஒரு அடிமை வர்க்கம் வேண்டும் என்ற மனநிலை மனத்தில் ஆழமாகப் பதிந்துவிட்டது. அவவர்க்கத்தினர் மேலே எழுந்து வர உருவாக்கப்படும் நலத்திட்டம் எதுவும் தனக்கு எதிரானது என்னும் எண்ணம் பதிய வைக்கப் பட்டுள்ளது. எல்லாத் தேவைகளையும் அரசே

நிறைவேற்றிவிட்டால் மனித உழைப்பு புதிய பாதையில் பயணிக்கும்.

வாங்கும் பொருள் அனைத்துக்கும் வரிகொடுப்பதை மறந்துவிடுகிறார்கள்.

மனித தேவைகள் அனைத்துக்கும் வரி விதிக்கப்படுகிறது. அனைத்தையும் அவற்றிலிருந்து வழங்கிவிடலாம். மனித மூளையில் வெற்றிடமும் வன்மக் கழிவுகளும் நிரம்பாதவர்களிடம் அறிவை நிரப்பியவர்களிடம் அதிகாரம் இருந்தால் அனைத்தும் சாத்தியமே.



முள்ளஞ்சேரி மு.வேலையன் அவர்கள் எழுதிய கைப்பக்குவம் என்ற நூலை இந்திய மருத்துவ சங்கத்தின் முன்னாள் தலைவர் டாக்டர் கே.விஜயகுமார் வெளியிடுகிறார்



டமுத்ராவடன் ஸ்ரீராம மீஸ்டாந்

ஹாய் டமுத்ரா... எப்படி இருக்கிறீர்கள்?
நான் நன்றாக இருக்கிறேன்.
எந்த வகுப்பில் படிக்கிறீர்கள்?
நான் இனி ஐந்தாம் வகுப்புக்குச்
செல்கிறேன்.

உங்களுக்குப் பிடித்த பாடம்
எது?
எனக்குப் பிடித்த
பாடங்கள் தமிழ் ஆங்கிலம்
கணிதம் அறிவியல்
வரலாறு. எல்லாப்
பாடங்களும் எனக்கு
மிகவும் பிடிக்கும்.

பாடம் தவிர அதிக
ஆர்வம் காட்டுவது வேறு
எதிலே?

பாடம் தவிர ஓவியம் வரைதல்,
கவிதை, நாடகம், கட்டுரை, பாடல், பேச்சு ஆகிய
அனைத்திலும் எனக்கு மிகவும் ஆர்வம் உண்டு.

உங்கள் அம்மா அப்பா பாட்டி தாத்தா
ஆகியோரைப் பற்றிச் சொல்லுங்கள்?

அம்மா அப்பா பாட்டி தாத்தா
எல்லோருமே என்னை ஊக்குவித்து
உருவாக்குபவர்கள்.

நீங்கள் இதுவரை பங்கு பெற்ற
நிகழ்ச்சிகள் எத்தனை?

திருநெல்வேலி, தூத்துக்குடி,
தென்காசி, விருதுநகர், மதுரை,
புதுக்கோட்டை, கலூர், திருச்சி,
தஞ்சாவூர், விழுப்புரம்,
அரியலூர், சென்னை,
கோயம்புத்தூர் உள்ளிட்ட பல

மாவட்டங்களில் நடைபெற்ற நிகழ்ச்சிகளில் கலந்து
கொண்டுள்ளேன்.

அவற்றில் மிகவும் பிடித்த
நிகழ்ச்சிகள் எவை?

நான் கலந்து கொண்ட
அனைத்து நிகழ்ச்சிகளும்
எனக்கு மிகவும்
பிடித்திருந்தன.

நீங்கள் மேடை
நாடகங்களில் எல்லாம்
பங்கு பெறுகிறீர்களாமே?
ஆமாம். மேடை

நாடகங்களில் பங்குபெற்று
வருகிறேன். என்னுடைய
தாத்தா கவிஞர் சீதாராமன்
அவர்கள் எழுதிய புராண

நாடகங்களில் நடித்து வருகிறேன்.

சில நாடகங்களில் நானும் என்னுடைய
தாத்தாவும் சேர்ந்தே நடித்திருக்கிறோம்.
என்னுடைய தாத்தா நாடக வசனங்களை

அழகாகச் சொல்லித் தருவார்கள்.

இதுவரை என்னென்ன வேந்கள்
போட்டிருக்கிறீர்கள்?

நான் நிறைய வேந்கள்

போட்டிருக்கிறேன்.

பாரதமாதா, பாரதியார்,

வேலுநாச்சியார், டாக்டர்

இராதாகிருஷ்ணன்,

பாலகங்காதர் திலகர்,

வ.அ.சிதம்பரம்பிள்ளை,

காந்திதாத்தா, பகத்சிங்,

ஜான்சி ராணி, விவேகானந்தர்,





நேருமாமா, நாகக்களனி, பக்த பிரகலாதன், முருகன்,
கிருஷ்ணர், இராமர், சிவன், பார்வதி, தூர்க்கை,
மதுரை மீனாடசி, பிள்ளையார் இப்படி நிறைய
வேடங்கள் போட்டிருக்கிறேன்.

அவற்றில் உங்களுக்குப் பிடித்த வேடம் எது?

நான் போட்ட வேடங்கள் அனைத்துமே எனக்கு
மிகவும் பிடிக்கும்...

**மாறுவேடப் போட்டிக்காக எத்தனை வேடம்
போட்டிருக்கிறீர்கள்?**

மாறுவேடப் போட்டிக்காகத் தேசத்தலைவர்கள்
அனைவரின் வேடங்களும் போட்டிருக்கிறேன்.

நீங்கள் டாக்டர் டமுத்ரா என்று கேள்விப்பட்டேன்,
எப்போது எங்கே எதற்காக அந்தப் பட்டம்
வழங்கப்பட்டது? அப்பறம் நீங்கள் வாங்கின
விருதுகள் பற்றிச் சொல்லுங்கள்?

ஆமாம். டாக்டர் பட்டம் வாங்கியிருக்கிறேன்.
சிறுவயதில் மிக அதிகமான போட்டிகளில் கலந்து
கொண்டு பரிசுகளும் நூற்றுக்கு மேற்பட்ட
விருதுகளும் பெற்றுள்ளேன். என்னுடைய
தகுதிச்சான்றிதழ்களை மதிப்பீடு செய்து சர்வதேசத்
தமிழ்ப்பல்கலைக்கழகம் எனக்கு 2021ஆம் ஆண்டு
டாக்டர் பட்டம் வழங்கியது.

**உங்கள் ஆசை, கனவு, இலட்சியம் என்னென்ன
டமுத்ரா?**

நன்றாகப் படித்துக் கணிதப் பேராசிரியராக
வேண்டும் என்பதே என்னுடைய ஆசை. அதேநேரம்
கலைத்துறையிலும் மேன்மேலும் என்னுடைய
திறமையை வளர்த்துக்கொண்டு சாதிக்கவேண்டும்
எனகிற ஆசையும் எனக்குள்ளது.

சரி. உங்களிடம் கலந்துரையாடியதில் மகிழ்ச்சி.
நீங்கள் மேலும் நிறைய சாதிக்க வேண்டும் என்று
வாழ்த்துகிறேன்.

மிகக் நன்றி





முனைவர் அ. பாரதிராணி

உதவிப் பேராசிரியர்
தமிழ் உயராய்வு மையம்
அழகப்பா அரசு கலைக் கல்லூரி
காரைக்குடி

சிகரம் தொட சிலேடை எடு



எண்ணக் குளத்தில் எழுந்தே
வின்னைத் தொட்டிடும் விளக்கே!
கன்னல் சாறாய் இனிக்கும்
கன்னித் தமிழே வணக்கம்.

எல்லையில்லாப் பேரின்பம் எங்கும்
நிலவிட, தொல்லை இல்லா வாழ்விலே
துணிந்தே பயணிக்க, கல்வி என்னும் கலங்கரை
விளக்கைக் கையில் ஏந்திடல் சாலச் சிறந்ததே!

அகரத்தில் தொடங்கியோர் வாழ்க்கை
இன்று சிகரத்தைத் தொட்டுள்ளது உயிரும்
மெய்யும் இணைய உருவாகும் சொற்கள்
போல, ஆறாம் விரலாய் எடுக்கும் எழுதுகோல்
அகிலத்தை நிமிர்த்திட வழிவகுக்கும். ‘கல்வி’
என்பது உறுதியின் தத்துவம். துணிவின்
புகலிடம். புகழின் வார்ப்பிடம். உண்மையின்
உறைவிடம். நட்பின் தேர்விடம். உழைப்பின்
பயன்பாடு. வெற்றியின் முகவரி. விடியலின்
முதல் நிலை. அதனால் தான் வள்ளுவப்
பெருந்தகை,

“கற்க கசடறக் கற்பவை கற்றபின்
நிற்க அதற்குத் தக”

என்று வழியமைத்தார்.

“கண்ணுடையர் என்பவர் கற்றோர்
முகத்திரண்டு புண்ணுடையர் கல்லா
தவர்” என்றும் கல்விக்குத் தனி அதிகாரம்
அமைத்துச் செவிச்செல்வமே நிலையானது
என்று வலியுறுத்தியுள்ளார் வள்ளுவர்.

‘ஜந்தில் வளையாதது ஜம்பதில் வளையாது’
என்னும் பழமொழிப்படி தொடக்கக் கல்வியே
அறிவின் தேடலுக்கு அச்சாணியாகிறது.
ஆகவே ஜந்து வயதில் கையில் இருக்கும்
சிலேட்டு என்னும் ஆயுதம் ஒருவனை
ஆயுள் முழுமையும் தலை நிமிர்ந்து நடக்க
வைக்கும். அதனை மாந்தரிடம் உணர்த்திடவே
நாலடியார்,

“குஞ்சி அழகும் கொடுந்தானைக்
கோட்டழகும்
மஞ்சள் அழகும் அழகல்ல நெஞ்சத்து

நல்லம்யாம்
 என்னும் நடுவு
 நிலைமையால்
 கல்வி அழகே அழகு”
 என்று புற அழகெல்லாம்
 அழகல்ல, நெஞ்சத்தில்
 இருக்கும் கல்வியழகே
 அழகு என்று
 வழிமொழிகின்றார்.
 உலகமே திரண்டு
 இருந்தாலும்
 அறிவுடையோரையே
 அரங்கில் ஏற்றி அழகு
 பார்க்கும் மரபு
 தமிழனுக்கு உரியது. இது கல்வி
 என்னும் வரவின் விருந்தால்
 வழிமொழியப்படுவது.
 அதனால் தான்

**“கற்கை நன்றே கற்கை நன்றே
 பிச்சை புகினும் கற்கை நன்றே”**

என்று அதிவீரராம பாண்டியரின் வெற்றி
 வேற்கை சமூகத்தில் கல்லாதவனைத் தட்டி
 எழுப்புகிறது.

ஒரு தாய்க்குப் பல குழந்தைகள் இருப்பினும்
 கற்றறிந்தார் கூடும் சபையில் முத்தோரை
 அழைக்காது அறிவுடையோனையே மன்றத்தில்
 நிறுத்திட அழைக்கும். அதனால் தான் “அறிவு
 அற்றம் காக்கும் கருவி” என்பர்.

கல்வியின் மூலம் பணிவு பிறக்கும். கற்றறிந்த
 சான்றோர்கள் தலை கவிழ்ந்து இருக்கும்
 நெல்மணிகளுக்கு ஒப்பானவர். “பெருக்கத்து
 வேண்டும் பணிவு” என்பதைப் பேருண்மையாக்கி
 வாழ்ந்தவர் சான்றோர்களாம். இதனை
 மண்ணகத்தில் பதிவிடத் திருத்தக்க தேவர்
 சீவக சிந்தாமணியில்,

**“சொல்லரும் சூற்பசும் பாம்பின் தோற்றம்
 போல்**

மெல்லவே கருவிருந்து ஈன்று மேலவார்
 செல்வமே போல் தலைநிறுவித் தேர்ந்த நூல்
 கல்விசேர் மாந்தரின் இறைஞ்சிக் காய்த்தவே

என்று புகழ்ந்துரைக்கின்றார் .

அரிச்சுவடி கற்றோர் எங்கும் அல்லல்
 படமாட்டார். உலகே தெரிந்து கொள்ளும்படி
 வாழும் முறை அறிந்தவராவார். தடைகள்

கற்கை நன்றே

பலவரினும்

அதனைப் படிக் கற்களாக
 மாற்றும் திறன் படைத்தவராவர். சிலை
 தனியாக வருவதில்லை. கல்வினுள் தான்
 அது மறைந்திருக்கும். தேவையற்ற பகுதிகளை
 நீக்கும் போது அழகிய இறை சிலை உருவாய்க்
 கிடைக்கிறது. தகரம் கூடத் தங்கமாக
 மதிக்கப்படும் ‘அகரம் என்னும் சிகரம்
 தொட்டால்’.

புரட்சிக்கவி பாவேந்தர் பாரதிதாசன் கல்வி
 யின் சிறப்பு உணர்ந்ததால் தான்,

**“தலைவாரிப் பூச்சுடி உன்னைப்
 பாடசாலைக்குப் போவென்று சொன்னாள்
 உன் அன்னை**

சிலை போல ஏனங்கு நின்றாய்
 சிந்தாத கண்ணீரை ஏன் சிந்துகின்றாய்
 மலை வாழை அல்லவோ கல்வி
 வாயார உண்ணுவாய் போன்ற புதல்வி”

என்று பாடசாலை நோக்கிப் பயணிக்க
 வைக்கிறார்.

வறுமை நீங்கி வளமை ஓங்கிட, சிறுமை
 நீங்கிச் செழுமை ஓங்க, திமிர்ந்த ஞானச்
 செருக்கைப் பெற்றிட வேண்டும். என்ன வளம்
 இல்லை இங்கே? அயல்நாட்டின் முன்னேற்றம்
 அன்னைத் தமிழின் மூளையாலே!

வெற்றுப்படிகள் எல்லாம் படிப்பால்



வெற்றிப் படிகளாக மாறிவிடும். அக இருள் போக்கிப் புற ஒளி பெற்றிட, கல்வி விளக்கைக் கையில் ஏந்திட வேண்டும். களர்நிலம் கூட விளை(லை)நிலம் ஆகும்.

வானம் தொட்டுவிடும் தூரம் தான். மரத்தில் தங்கும் பறவைகள் கிளைகளை நம்புவதில்லை, தன் சிறுகுளையே நம்புகின்றன. தயங்கி நின்றால் இமயமும் உயரம் தான். துணிந்து சென்றால் காலடியில் இமயம்.

“ஒளிருவாள் அருஞ்சமம் முறுக்கிக் களிறு எறிந்து பெயர்தல் காளைக்குக் கடனே”

என்று புறநானூறு இளையோரின் கடனை அன்றைய போர்க்காலச் சூழலுக்கு ஏற்ப அறிவுறுத்தியது. அதே போன்று இன்றைய சூழலுக்கு ஏற்ப

முன்னேற்றம் காண

சிகரம் தொட சிலேட்டை எடு

அகரம் முதலாய் அனைத்தும் கற்றே நகர வேண்டும் நல் மாணவர் வாழ்வே! திகழும் புகழும் திறம்பட நாட்டி! என்றுரைக்க விழைகிறேன்.

வேடிக்கை மனிதராய் வீழாமல் கோடிக் கை உம்மைத் தொழுதிட

நாடி ஓடிக் கற்றிடுக நற்கல்வியையே!
“ஒளிபடைத்த கண்ணினாய் உறுதி கொண்ட நெஞ்சினாய் தெளிமை பெற்ற மதியினாய் கற்றல் ஒன்று பொய்கிலாய் கருதியது ஏற்றுவாய் ஒற்றுமைக்குள் உயரவே நாடெல்லாம் ஒரு பெருஞ் செயல் செய்வாய் வா! வா! என்றே பாரதியின் வரிகளை நெஞ்சில் நிறுத்தி, உயரும் கை உன் கை அயராமல் உயர்ந்தே அகிலம் காக்கட்டும். இயலாமை எங்கும் இல்லை முயலாமை மூடத்தனம் முயற்சியே மூலதனம் சிலேட்டை எடுத்துச் சீராக எழுது சிகரம் தொட்டிட அதுவே சிறப்பான மருந்து...”

ஆகவே கல்வி என்னும் துடுப்பைக் கையிலெடுத்து வாழ்க்கை என்னும் பட்டகைச் செலுத்திட வாழ்வு சிறக்கும் வளமும் பெருகும். நலமாக நாடும் உயரும்.

கற்போம் கற்பிப்போம் கலையாய் ஒளிர்வோம்.

பில்பாவ்

இரு கூடை சன்னலை

சித்ரா சாலமன் கென்டகி USA

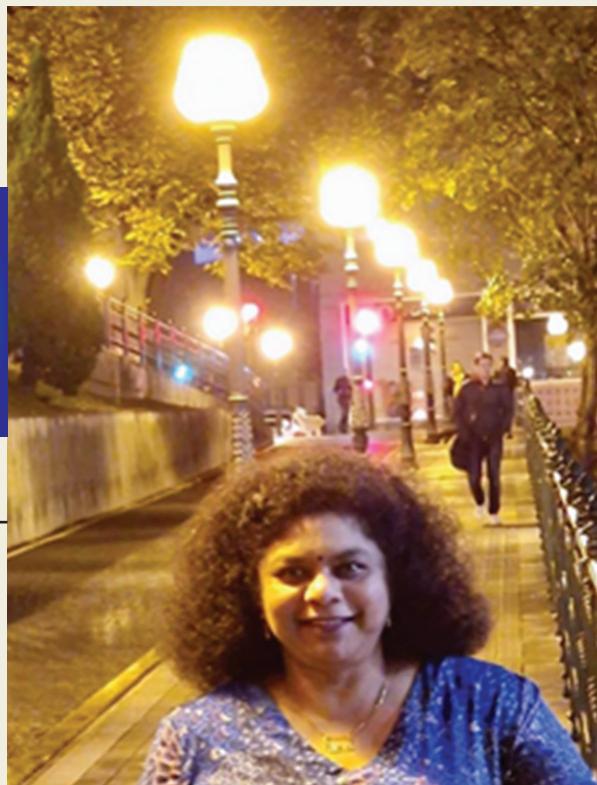
நன் அன்பு மகள், எங்களிடம் Study Abroad program மூலமாக ஒரு semester, Northern Spain போக இருப்பதாகவும், அதற்குப் பெற்றோர்கள் சம்மதித்து அனுமதிக் கடிதம் தந்தால், Scholarship processing தொடங்கப் போவதாகவும் கூறினாள். என் கணவர், உடனே அவள் குறிப்பிட்ட இடம், பல்கலைக் கழகம், மற்றும் பல விவரங்களைத் தெரிந்து கொண்டு, மகிழ்வுடன் சம்மதித்து விட்டார். ஸ்பானிஷ் மொழியில் ஹலோ என்பதற்கு ஹோலா என்பார்கள் என்பதை மட்டுமே தெரிந்த நான், மறுப்புத் தெரிவித்தேன். மொழி தெரியாத நாட்டில் ஐந்து மாதங்கள் அவள் இருப்பதை என்னால் நினைத்துக் கூடப் பார்க்க முடியவில்லை. அவள் சந்திக்கப் போகும் நடைமுறைச் சவால்களைப் பற்றியே யோசித்துக் கொண்டு இருந்தேன். “அம்மா, நான் ஸ்பானிஷ் கற்றுக் கொண்டு வருகிறேன். என்னால் சமாளிக்க முடியும் என்ற நம்பிக்கை இருக்கிறது”, என்றாள்.

என் கணவர் முகத்தில் பெருமிதம், என் முகத்தில் கலவரம். தந்தையும் மகனும் கூட்டனியும் அமைத்து என் கலவரத்தை ஒழிக்க இரண்டு நாட்களாக இரவும் பகலும் களம் இறங்கினார்கள்.

இரண்டாம் நாள் மாலையில், இவர்கள் சொல்வதைக் கவனிப்பதைத் தவிர்க்க, ரஜினி பிரியையான நான் தொலைக்காட்சியில் YouTube மூலமாக ரஜினி பாடல்களில் மூழ்கி இருந்தேன். என் கணவர் அருகில் வந்து அமர்ந்தார். “இரு கூடை சன்னலை”

பாடல் ஆரம்பமானது.

அந்தப் பாடல்



பில்பாவ் நகரில் இரவு நேரங்களில் தெரு விளக்கு வெளிச்சம் பளிச்சென உள்ளது. அமைதியாகப் பாதுகாப்பு உணர்வு தந்த மக்கள்

காட்சிகளைக் கண்டதும், “இந்த ஊரில் தான் படிக்கப் போகிறான். இந்தப் பாடல் படமாக்கப்பட்ட அருங்காட்சியகத் தின் (museum) நேர் எதிரில் தான் பலகலைக்கழகம். உன்னையும் அங்கே ஊர் சுற்றிப் பார்க்க அழைத்துப் போகிறேன்” என்றார். கண்களில் வியப்புடன் “இந்த இடமா?” என்று கேட்டேன். “ஆமாம்” என்றார்.

அந்த ஒரு நிமிடத்தில், என் மனத்தில் வந்த அந்த மகிழ்ச்சியில் என் மகளின் மன உறுதியும் மகிழ்வும் புரிந்தது. கலவர மனக் கலக்கத்தில் அவை புரியாமல் இருந்ததை உணர்ந்தேன். கலவரம் நீங்கிய அந்த ஒரு நொடியில், என் மகளின் ஆசையும் கணவும் எனக்குப் புரிந்தது. சந்தேகங்கள் நீங்கி, வாழ்க்கை என்பது துணிவுடன் தெய்வநம்பிக்கையில் வாழ்வது என்று தெளிந்தேன். அவளை வாழ்த்தி, சம்மதம் தெரிவித்தேன்.

அங்கு அவள் சென்று புதுப் பழக்க வழக்கங்கள், புது

உலகப் புகழ் பெற்ற நவீன
குகன்ஹேய்ம் அருங்காட்சியகம்.



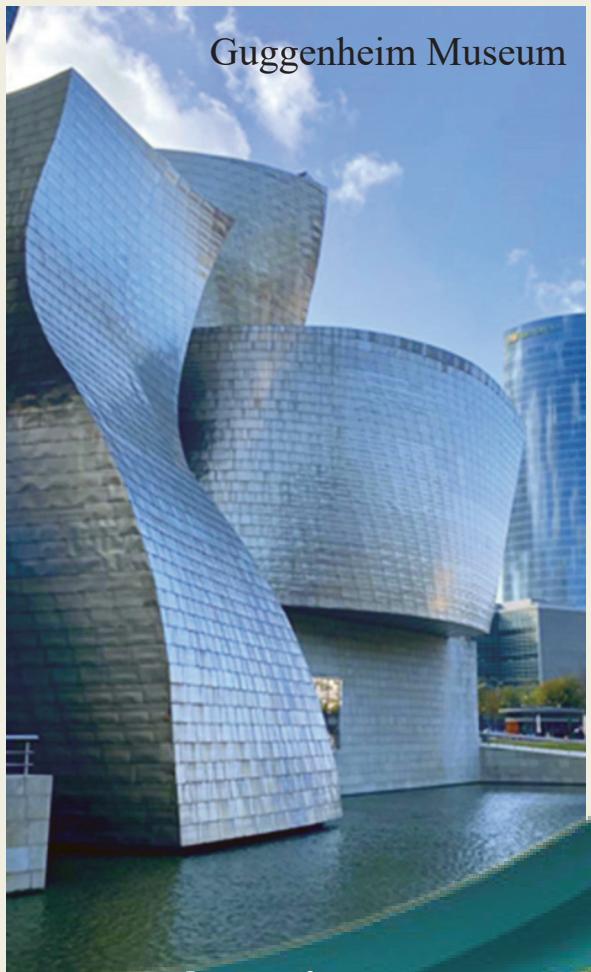
உணவு, புது மொழி, புது ஊர், வழிகள், வாழ்வுமுறை, புது நண்பர்கள் என ஒரு மாதத்தில் பழகி விட்டாள். இறைவனுக்கு நன்றி கூறிவிட்டு, பெற்றோர்களாகப் பெருமைப் பட்டோம். எங்கள் விரல் பற்றி நடந்தவள், நாங்கள் வியந்து பாராட்டும் அளவுக்கு வளர்ந்து விட்டதை உணர்ந்தோம்.

தன் வாக்கு மாறாமல், 2022 நவம்பர் மாதத்தில், என் கணவர் என்னையும் ஊர் சுற்றிப் பார்க்க ஸ்பெயின் நாட்டுக்கு அழைத்துச் சென்றார்.

என் மகனுக்கு மட்டுமல்ல, எங்கனுக்கும் ஒரு விழிப்புணர்வு கொண்டு வந்த இடத்தின் பெயர் பில்பாவ் Bilbao. ஸ்பெயின் நாட்டின் வடக்குப் பகுதியில், பாஸ்க் பிராந்தியத்தில் உள்ளது. சுமார் பத்து இலட்சம் மக்கள் தொகை கொண்ட நகரம்தான் பில்பாவ்.

14 ஆம் நூற்றாண்டில் வணிகத் துறைமுகமாக இருந்த நகரம். 19 ஆம் நூற்றாண்டில் சிறந்த தொழில் நகரமாக (Industrial city) வளர்ச்சி பெற்றது. அப்பொழுது தொழிற்சாலைகளில் வேலை கிடைத்ததால் ஸ்பெயினின் மற்ற பகுதிகளில் இருந்தும் மக்கள் பில்பா நகருக்குக் குடிபெயர்ந்து வந்தனர்.

Guggenheim Museum





பில்பாவ் நகரின் தூய்மையான தெருக்கள்



பழைய மாறாமல் புதுப் பொலிவுடன் விளங்கும் கட்டடங்கள்

1983ஆம் ஆண்டு வரை, தொழிற் சாலைகளின் வளர்ச்சி கண்ட நகரம், திடீரெனப் பல காரணங்களால் சரிவைக் காணத் தொடங்கியது. பலர் தங்கள் வேலைகளை இழந்தார்கள். பல தொழிற்சாலைகள் மூடப்பட்டன. புலம் பெயர்ந்து வந்த பலர், நகரம் விட்டுச் சென்றனர். 1990களின் தொடக்கத்தில் வளர்ச்சி எதுவும் இன்றிப் பொலிவிழந்து, நிராகரிக்கப்பட்ட இடமாக (ghost town) மாறத் தொடங்கியது.

வரலாற்றுச் சிறப்புப் பெற்று வணிகத் திலும் தொழில் வளர்ச்சியிலும் ஒரு காலத்தில் கொடிகட்டிப் பறந்த நகரம், கண்முன் அழிந்து வருவதைக் காணப் பொறுக்காமல், நகரத்தைச் சிறப்பாக மீண்டும் வளர்ச்சிப் பாதையில் மாற்ற மக்களும் அரசாங்கமும் வழி தேடினர். இடபாடுகளைக் கண்டு கொண்டிருந்த தொழிற்சாலைகளை நம்பிப் பயன் தில்லை என்று உணர்ந்தனர். மேலும், தொழிற்சாலைகளால் காற்றில் மாசு கலந்து மோசம் ஆகி இருந்தது. இப்படி நலிந்த சூழ்நிலையில் பொறுப்புகளை ஏற்ற புதிய அரசாங்கம், பில்பாவ் நகரத்தைச் சுற்றுலா நகரமாக மாற்றுவதன் மூலமாகப் புதிய வளர்ச்சிகளைக்

கொண்டு வர முடியும் என்று கணித்தனர். வேலை வாய்ப்பு இன்றித் தவித்துக் கொண்டு இருந்த உள்ளூர் மக்களுக்கு, சுற்றுலாப் பயணிகளை ஈர்க்கும் வண்ணம் வணிக வளர்ச்சியில் ஈடுபட உங்கக்மளிக்கப்பட்டது. அரசாங்கம் மட்டுமில்லாமல் பொது மக்கள் துணையுடனும்தான் வளர்ச்சி காண முடியும் என்று அரசாங்கத்துக்குப் புரிந்தது. தங்களால் இயன்ற அளவுக்கு நகரத்தைத் தூய்மையாக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும் என மக்களை ஒத்துழைக்கச் சொன்னார்கள். உள்ளூர் மக்களுக்கும் சுற்றுலாப் பயணிகளுக்கும் பாதுகாப்பாய் நகரம் மாற மக்கள் பொறுப்புணர்வுடன் களம் இறங்கினார்கள்.

நகரத்தில் பெரும்பாலான இடங்களுக்கு மக்கள் நடந்து செல்லவும் மிதிவண்டியில் செல்லவும் பாதைகளும் பாலங்களும் கட்டப்பட்டன. பல இடங்களில், physically challenged (ஊனமுற்றவர்களும்) மக்களும் பயணிக்கும் வகையில் பாதைகள் அமைக்கப்பட்டன.

நூறாண்டுகளுக்கு மேல் பழையமையான பல்கலைக் கழகங்களில், Students Exchange program மற்றும் Study Abroad program மூலமாக வெளிநாட்டு மாணவர்களை ஈர்க்கும் வண்ணம் திட்டங்கள்



குகன் ஹெய்ம் அருங்காட்சியகத்தின் ஒரு பகுதி

கொண்டு வரப்பட்டன. பழைமை வாய்ந்த நகரத்தின் அழகும் பெருமையும் மாறாமல், இளைய தலைமுறைக்கும் ஏற்ற வகையில் நகரம் புதுப்பிக்கப்பட (urbanization) திட்டங்கள் கொண்டு வரப்பட்டன.

புதிய அரசாங்கம், சாலமன் R. குகன் ஹெய்ம் அமைப்பைத் (Solomon R. Guggenheim Foundation) தொடர்பு கொண்டு, ஒரு அருங்காட்சியகம் அமைக்க அழைப்பு விடுத்தார்கள். அதற்காக அமெரிக்க மதிப்பில் 10 கோடி டாலர்கள் நிதியை அரசாங்கம் ஒதுக்கியது. பரோவியல் (Ferrovia) கட்டுமான நிறுவனம் பொறுப்பை ஏற்றது. 89 மில்லியன் டாலர் செலவிலேயே அருமையாக உலகப் புகழ் பெறும் வண்ணம் நவீனத் தோற்றத்தில் கட்டிக் கொடுத்தது. 1997 ஆம் ஆண்டில் திறக்கப்பட்ட இந்த அருங்காட்சியகக் கட்டடம், உலகிலேயே கண்கவர்ந்த ஆச்சரியமூட்டும் நவீனக் காலக் கட்டடங்களில் ஒன்றாகக் கருதப்படுகிறது. டைட்டானியம் உலோகத்தைப் பயன்படுத்தி நவீன வடிவில் கட்டப்பட்டுள்ளது.

உலக அளவில் நவீனக் கட்டடக் கலை வல்லுநர்களின் கவனத்தையும் ஈர்த்துள்ளது. உலக அளவில் பல விருதுகளையும் பெற்றுள்ளது. பில்பாவ் சுற்றுலாத்துறை, உலக அளவில் இறங்கிச் சுற்றுலா வளர்ச்சி பெற வழிவகை செய்தது.

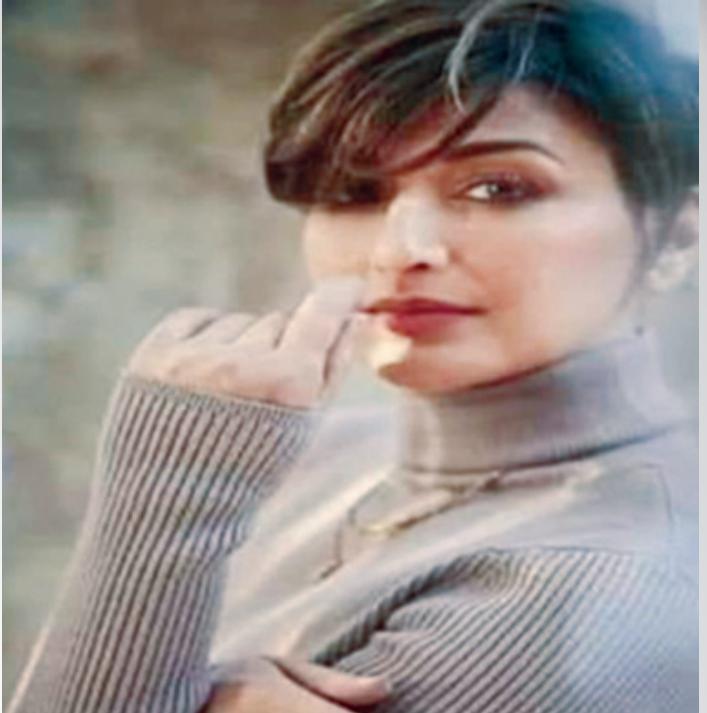
உலகம் முழுவதும் உள்ள இசைக் கலைஞர்கள் பலருக்கு அழைப்பு விடுத்து, பில்பாவில் அமைக்கப்பட்ட இசை அரங்கத்தில் (concert hall) நிகழ்ச்சிகள் நடத்தி பில்பாவ் பற்றி விளம்பரப்படுத்தினார்கள்.

அழிந்து போய்க்கொண்டிருந்த பில்பாவ் நகரத்தை, அரசும் மக்களும் கைகோத்துப் பாடுபட்டுப் புதுப்பொலிவு பெற வைத்து உலக அளவில் புது அடையாளம் காண வைத்து இருக்கிறார்கள்.

பில்பாவ் நகரில் நாங்கள் இருந்த நாட்களை இன்னும் மறக்க முடியவில்லை. இரவு 11 மணி அளவிலும் மொழி தெரியாத அந்த நகரில் வலம் வந்தோம். அவ்வளவு பாதுகாப்பான ஊர்.

எங்கள் மகள்தான் எங்களுக்கு வழிகாட்டி. அவள் அங்குள்ளவர்களிடம் ஸ்பானிய மொழியில் சரளமாகப் பேசியதைக் கண்டு ஆச்சரியப்பட்டோம். ஒவ்வொரு இடத்திலும் பேசி வரலாற்றை விளக்கிச் சொன்னாள். நாங்கள் சந்தித்த மக்களும் தங்கள் ஊரின் பெருமைகளைப் பெருமித்துடன் பகிர்ந்தார்கள். ஒரிடத்தின் பெருமை, மக்களின் மொழி, வரலாறு, வளர்ச்சி, நல்ல அரசாங்கம், சாதனை படைத்தவர்கள் மேல் கொண்டுள்ள மரியாதை, எல்லா நிலையிலும் உள்ள ஒத்துழைப்பு, இளைய சமுதாயம், உணவு, வாழ்வு முறை, விடா முயற்சியில் உள்ளதைக் கண்ணாரக் கண்டுகொண்டோம். ஒவ்வொரு கலாச்சாரத்திலும் நாம் கற்றுக் கொள்ள ஏதோ ஒன்று இருக்கத்தான் செய்கிறது. எனது தமிழ்க் கலாச்சாரப் பெருமைகளையும் புது வெளிச்சத்தில் காணக் கற்றுக் கொண்டேன்.

என் மகளை என் குருவாகவும் காண பில்பாவ் எனக்கு வாய்ப்புத் தந்தது. என் பயத்தால் அவனுக்குத் தடை போடாமல் ஒரு கூடை சன்னைட்டில் என் கலவரம் நீங்கி, எங்களுக்கும் உலகப் புகழ் பெற்ற பில்பாவ் நகர வளர்ச்சியைக் காணும் வாய்ப்புக் கிடைத்ததே. ஆகா!



செல்வத்தின் பயனற்ற நிலை

ஏ லகப்புகழ்பெற்ற டிசைனர் கிரிஸ்டா ரோட்ரிகஸ் (Crisda Rodriguez) சமீபத்தில் கேன்சரால் இறந்து போனார். அவர் கடைசியாக எழுதிய வார்த்தைகள்..

மரணத்தை விட உண்மையானது இந்த உலகத்தில் எதுவுமே இல்லை!

இந்த உலகத்தில் விலை உயர்ந்த பிராண்ட்ட் கார் என்னுடைய கேரேஜில் நிற்கிறது. ஆனால் நான் சக்கரநாற்காலியில் அழைத்துச் செல்லப் படுகிறேன்!

இந்த உலகத்தில் உள்ள அனைத்து வகையான டிசைன்களிலும் நிறங்களிலும் விலை உயர்ந்த ஆடைகள், விலை உயர்ந்த காலனிகள், விலை உயர்ந்த பொருட்கள் அனைத்தும் என் வீட்டில் உள்ளன. ஆனால் நான் மருத்துவமனை வழங்கிய சிறிய கவுனில் இருக்கிறேன்!

என் வங்கிக் கணக்கில் ஏராளமான பணம் கிடக்கிறது. ஆனால் எதுவும் எனக்குப் பயன் இல்லையே!!

என் வீடு அரண்மனை போன்று, கோட்டை போன்று உள்ளது ஆனால் நான் மருத்துவமனையில் ஒரு சிறு படுக்கையில்

கிடக்கிறேன். இந்த உலகத்தில் உள்ள ஜந்து நட்சத்திர ஹோட்டல்களுக்கு நான் பயணித்துக் கொண்டே இருந்தேன். ஆனால் மருத்துவமனையில் உள்ள ஆய்வகங்களுக்கும் மற்றொரு ஆய்வகத்துக்கும் மாற்றி மாற்றி அழைத்துச் செல்லப்படுகிறேன்!

அன்று ஒவ்வொரு நாளும் 7 சிகை அலங்கார நிபுணர்கள் எனக்கு அலங்காரம் செய்வார்கள். ஆனால் இன்று என் தலையில் முடியே இல்லை. உலகிலுள்ள பல வகையான உயர் நட்சத்திர ஓட்டல்களின் உணவுகளை உண்டு கொண்டிருந்தேன். ஆனால் இன்று பகலில் இரண்டு மாத்திரைகள் இரவில் ஒரு துளி உப்பு!

தனியார் ஜெட்டில் உலகம் முழுவதும் பறந்து கொண்டிருந்தேன். ஆனால் இன்று மருத்துவமனை வராண்டாவிற்கு வருவதற்கு இரண்டு பேர் உதவுகின்றனர்.

எல்லா வசதி வாய்ப்புகளும் எனக்கு உதவவில்லை. எந்த விதத்திலும் ஆறுதல் தரவில்லை. ஆனால் சில அன்பானவர்களின் முகங்களும் அவர்களது தொழுதல்களும் என்ன வாழ வைத்துக் கொண்டிருக்கின்றன.

பனை விதைகள் நடும் நிகழ்வு



து மிழ்நாடு பணமரங்கள் பாதுகாப்புக் கூட்டமைப்பானது, தமிழக முதலமைச் சரின் பணமர வளர்ப்பு இயக்கத்தின்படி தமிழ்நாட்டில் 2025ஆம் ஆண்டுக்குள்ளாக 10 கோடிப் பனை விதைகளை நடவு செய்யத் திட்டமிட்டுள்ளது. அதன் ஒருபகுதியாகத் தூத்துக்குடி மாவட்டம் விளாத்திக்குளம் சட்டமன்றத் தொகுதியில் ஒரு இலட்சம் பனை விதைகள் நடவுப் பணி தொடக்க விழா குளத்தூர் காமாட்சியம்மன் திருமண மண்டபத்தில் நடைபெற்றது. விளாத்திக்குளம் கோட்ட உதவி காவல் கண்காணிப்பாளர் ஸ்ரேயா குப்தா தலைமையில் நடைபெற்ற இவ்விழாவில் தமிழ்நாடு பணமரங்கள் பாதுகாப்புக் கூட்டமைப்பு மாநிலத் தலைவர் எம்.ஏ.தாமோதரன் அனைவரையும் வரவேற்றுப் பேசினார். ஒட்டப்பிடாரம் ஒன்றியக்குழுத் துணைத் தலைவர் காசி விஸ்வநாதன் முன்னிலை வசித்தார். சிறப்பு விருந்தினராக விளாத்திக்குளம் சட்டமன்ற உறுப்பினர் ஜி.வி.மார்க்கண்டேயன் கலந்து கொண்டு ஒரு இலட்சம் பனை விதைகள் நடவுப்பணியைத் தொடக்கி வைத்துச் சிறப்புரையாற்றினார்.

அப்போது அவர் பேசியதாவது :

உலக மொழிகளில் மூத்த மொழியாம் தமிழ் மொழி தோன்றிய காலந்தொட்டுத்



தமிழர்களோடும், தமிழர்களின் வாழ்விய லோடும் கலந்தது பனை.. பணமரம் தமிழ்நாட்டின் மாநில மரம் மட்டுமல்லாது, நமது வாழ்வியல் சார்ந்த பண்பாட்டுச் சின்னமாகக் கருதப்படுகிறது.

தொல்காப்பியம் தொடங்கிச், சங்க இலக்கியங்கள் வரை அனைத்து இலக்கியங்களிலும் பனையைப் பற்றிய குறிப்புகள் மிகுந்து காணப்படுகின்றன.. இலங்கை, இந்தோனேசியா, தாய்லாந்து, கம்போடியா, ஆப்பிரிக்கா போன்ற நாடுகளில் பனைகள் இருந்தாலும் பனை மரத்தின் தாயகமே தமிழ்நாடு தான். பனையில் இருந்து கிடைக்கும் பதநீர், கருப்பட்டி, பனங்கற்கண்டு, நுங்கு, பனம்பழம், பனங்கிழங்கு, தவண், பனை நார், பனை ஓலை போன்ற அனைத்துப் பொருட்களும் மனிதகுலத்திற்குப் பயன் படுபவை. எழுபது ஆண்டுகளுக்கு முன் ஐம்பது கோடிப் பனைகள் இருந்த நமது நாட்டில் இப்போது வெறும் ஐந்து கோடிக் கும் குறைவான பனைகளே உள்ளன. அழியும் தருவாயில் இருக்கும் பனையை மீட்டெடுக்கும் வகையில் பணமர வளர்ப்பை ஒரு இயக்கமாகக் கொண்டு செல்லத் தமிழக முதலமைச்சர் திட்டமிட்டுள்ளார். உங்களைப் போன்ற தன்னார்வலர்கள் பணமர வளர்ப்புப் பணியை மேற்கொண்டு வருவது மிகுந்த மகிழ்ச்சி அளிக்கிறது. தங்கள் பணி தொடர வாழ்த்துக்கள் என்று பேசி முடித்தார். வட்டார வளர்ச்சி அலுவலர் தங்கவேல், வேளாண்மை உதவி இயக்குநர் கீதா, வனச்சரக அலுவலர் கவின், மாவட்ட ஊராட்சிக் கவுன்சிலர் மிக்கேல் அந்தோனி, ஒன்றியக் கவன்சிலர் ராஜா ஆகியோர் கலந்து கொண்டு சிறப்பித்தனர். நிறைவாக ஊராட்சி மன்றத் தலைவர் மாலதி நன்றி கூறினார். இவ்விழாவில் ஏராளமான பொதுமக்கள் கலந்து கொண்டனர்.



முனைவர்
த. ஜான்சிபால்ராஜ்
திருநெல்வேலி

உயரிய நிலட்சியமும் மாணாக்கர்களும்...!!

தல்வியின் முக்கிய நோக்கங்களுள் ஒன்று இலட்சியத்தை ஏற்படுத்துவதும்தான்.

இன்றைய மாணாக்கர்களின் நெறிபிறழ் நடத்தைகள் அதிகரிப்பதற்குப் பல்வேறு காரணங்களை எடுத்துக் காட்டினாலும் அடிப்படைக் காரணம் அவர்களுக்குள் அவர்களாது தனித்தன்மைகளுக்கு ஏற்ற இலட்சியத்தை ஏற்படுத்தத் தவறியதுதான்.

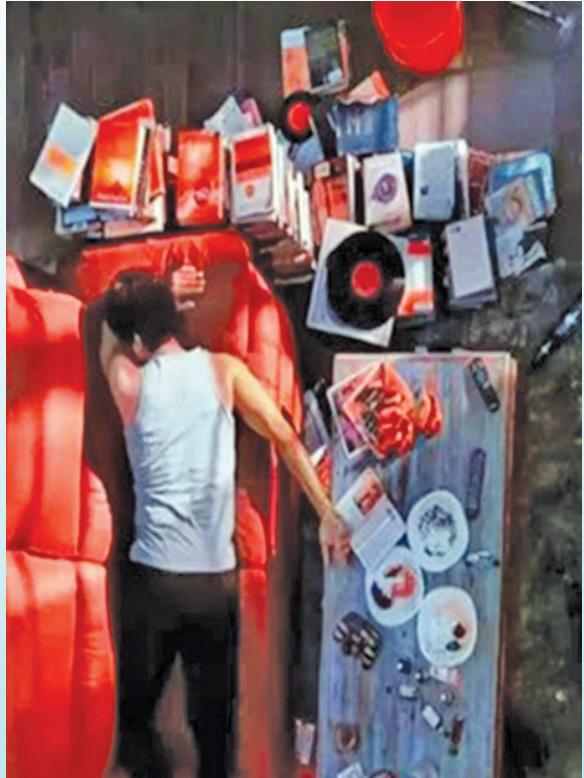
இலட்சியம் அலட்சியமாக்கப்படுவதற்குப் பெற்றோர், ஆசிரியர், சமூகம் என்ற மூன்று தரப்பினரும் பொறுப்பேற்றாக வேண்டும்.

ஒவ்வொரு தனிமனிதனும் தனக்கென்று ஒரு சிறந்த இலட்சியத்தைத் தேர்ந்தெடுத்து அதனை அடையும் முயற்சியோடு தன் வாழ்க்கைப் பாதையைத் தொடர்ந்தால், உலகத் தின் இயக்கமே புதுமையாகி விடும். தேவையற்ற வன்முறைகளும், சமூக ஏற்றத் தாழ்வுகளும் தானாகவே மறைய வழியேற்படும்.

அறியாமை, வறுமை, வாழும் சமூகச் சூழல், கல்விபெற இயலாத நிலைமை, குடும்பச் சூழல், சரியான வழிகாட்டுதல் இல்லாமை போன்ற காரணிகள் இலட்சிய உருவாக்கத்திற்கான காரணங்களாக முன் நிற்கின்றன.

இலட்சியமற்ற வாழ்நாட்களில் பெரும் பாலான பகுதி வீணாகவே செலவாகும். அந்த வீணநாட்கள் தனக்கும் தன்னைச் சார்ந்த சமூகத்திற்கும் தீமையை அளிக்கக் கூடியவையாக அமையும் சாத்தியங்களே அதிகமாகி, சமூகத்தின் கேட்டிற்கும் அதன் வளர்ச்சிக்கும் புல்லுருவியாகிப் போகிறது.

இலட்சியத்தின் முக்கியத்துவத்தை அறிந்த



வர்கள் இலட்சியத்தை ஏற்படுத்துவதில் ஆர்வம் காட்டினால் இந்நிலையை மாற்றி அமைக்கலாம்.

இலட்சியத்தை வலியுறுத்தும் திரைப்படங்களை முன்னணி நடிகர்களை வைத்துத் தயாரிப்பதைத் தங்கள் கடமையாக உணர வேண்டும். அத்தகைய திரைப்படங்களுக்கு



அரசும் ஏற்ற சலுகைகள் செய்ய முன்வர வேண்டும்.

இலட்சியத்தை எப்படி ஏற்படுத்துவது? மிக மிக எளிதான் இச்செயலைப் பற்றின விழிப்புநிலை மக்களுக்குத் தேவை.

சமூகத்தின் அடிப்படை அலகான குடும்பங்களில் ஒவ்வொரு பெற்றோரும் தங்கள் குழந்தைகளுக்கு இலட்சியம் என்ற வாழ்க்கையின் அடித்தளத்தை அமைத்துக் கொடுத்து விட்டாலே அவர்களது வாழ்க்கை வீணாகாமல் முழுமையான வாழ்க்கையை வெற்றிகரமாக, தனக்கும், சமூகத்திற்கும் பயனுள்ள விதத்தில் வாழ்வதற்கு வழி வகுத்துவிடலாம்.

குழந்தைப் பருவத்திலேயே ஏற்படுத்தப்படும் இலட்சிய உணர்வு அதிக வலிமையானது.



எதனாலும் தகர்க்கப்பட முடியாதது. எந்த ஒரு விசயமும் பழக்கமாகி விட்டால் பிறகு அவர்களே மாற்ற நினைத்தாலும் மாற்றிக் கொள்வது கடினம்.

குழந்தைகளைக் கல்விக் கூடங்களுக்கு அனுப்புமுன்பே இந்த இலட்சியம் என்ற வீரியமிக்க சொல்லை அறிமுகம் செய்துவிட வேண்டியது பெற்றோர்களின் கடமை என்பதை உணர வேண்டும்.

இன்றைய காலக்கட்டத்தில் நவீன அலைபேசிகள் குழந்தைகளின் முதன்மையான பொழுதுபோக்குச் சாதனமாக இருந்து வருகின்றன. அவர்கள் விரும்பும் அந்த அலைபேசியின் வாயிலாகவே என்னற்ற சிறந்த எடுத்துக்காட்டுகளையும் இலட்சியங்களையும் குறித்த சிறந்த முன் மாதிரிகளைக் காண்பித்து அவர்களது ஆர்வத்தை எளிதாகத் தாண்டி விட்டுவிட முடியும்.

பெற்றோர்கள் அதற்கென்று நேரத்தை ஒதுக்கி, குழந்தைகளுக்குள் இலட்சியத்தைப் புகுத்தி விட்டுவிட்டால் தாங்கள் கற்கிறோம் என்ற உணர்வின்றியே உள்ளத்தில் அவற்றைப் பதித்துக் கொள்வார். அது நல்ல விளை நிலத்தில் விழுந்த விதையாக ஏற்ற காலக்கட்டத்தில் வேர்விடத் தொடங்கி விடும். பிறகு அவர்களைக் குறித்துக் கவலைப்பட வேண்டியதில்லை.

படிக்கச் சொல்லித் தொந்தரவு



செய்ய வேண்டிய நிலை பெற்றோருக்கும் ஆசிரியர்களுக்கும் ஏற்படாது. இலட்சியத்தை அடைவதற்குக் கல்வியும் விடா முயற்சியும் தேவை என்பதை அவர்களது உள்ளுணர்வைத் தூண்டித் தேடலில் மனம் இலகிக்கக் கற்றுக் கொடுத்துவிடும், இந்த இலட்சியம் என்ற அபார ஆற்றல்.

இலட்சியத்தை ஏற்படுத்தும் கடமையில் பெற்றோர்களுக்கு இணையான இடத்தில் இருப்பவர்கள் ஆசிரியர்கள். மாணவர்களுக்குள் இயல்பாக அமைந்திருக்கும் குணங்களையும், திறமைகளையும் அறிந்து அதற்கேற்ற இலட்சியங்களை முன்னிறுத்த வேண்டும்.

கல்வியறிவில் குறைந்த, இலட்சியமனப்பான்மையற்ற பெற்றோர்களின் பிள்ளைகளுக்குள் இலட்சியம் என்னும் உயிர் மூச்சை ஆசிரியர்களால் தான் தொடங்கி வைக்க முடியும்.

கற்பித்தல் என்பது வெறுமனே பாடப் பொருளை மட்டும் கற்பிக்கும் செயல் அல்லவே அல்ல. பாடங்களின் வழியே மாணவனுக்குள் ஒளிந்து கிடக்கும் இலட்சியங்களைச் சுட்டிக்காட்டும் உத்தி அது.

தத்துவஞானி பிளாட்டோ கூறுகிறார், பிறவித் திறமையை வளர்ப்பதற்காகவே கல்வியறிவு பயன்பட வேண்டும் என்று.

எந்த ஒரு ஆசிரியராலும் ஒரு மாணவன் எந்தத் துறையில் சிறந்து விளங்க முடியும் என்பதைத் தொடக்கப் பள்ளிப் பருவ நிலையிலேயே உள்கிக்க முடியும். அவனது புத்திக் கூர்மையை, மொழித்திறனை, செயல்திறனை, எளிதில் அடையாளம் காண ஆசிரியர்களால் தான் முடியும். இந்நிலையில் ஆசிரியர்களுக்கும் பெற்றோர்களுக்குமான சமூக உறவின் வழியாக இருவரும் இணைந்து இலட்சியத்தை ஏற்படுத்தி அதை வலுப்படுத்த முடியும்.

கல்வியறிவு ஒருவனை மனிதனாக்குகிறது என்றால் இலட்சியம் தான் அவனை மாமனி தனாக்குகிறது. எனவே அனைவருக்கும் கல்வி என்ற நிலையை முழுமையாக அடைய, அனைவருக்கும் இலட்சியம் என்ற முயற்சியைப் பெற்றோர், ஆசிரியர், சமூகம் ஆகிய மும்முனைவழி தொடர்ந்து விடைத்துக் கொண்டே இருக்க வேண்டும்.

எதிர்வரும் தலைமுறை இலட்சியத்தை அணைத்தபடியே தான் பூமியில் பிறக்க வேண்டும் என்பதே இலட்சியப் பாதையில் செல்லும் ஒவ்வொருவரின் இலட்சியமாகவும் இருந்தால் எட்டி விடலாம் அனைவருக்கும் இலட்சியம் என்ற இந்த உயரிய இலக்கை...!





பாகம் - 1

லின்பின் ஜந்தியணகள்



முனைவர் கு.காமராஜ்
மண்டல ஒருங்கிணைப்பாளர்
இந்திய விமானப்
பாதுகாப்புத்துறை

2

லக்ஷ்மிலூள் மாந்தர்கள் அனைவருமே உயிரின வகையில் ஒரே இனம் என்று கூறப்பட்டாலும் வாழ்விடங்கள், உருவ அமைப்புகள், பேசும் மொழிகள், பண்பாடுகள், பழக்க வழக்கங்கள் முதலானவற்றின் அடிப்படையில் பெரும் வேறுபாடுகள் கொண்டவர்களாகவே உள்ளனர். மனிதனிடம் மட்டுமன்றி ஒரே இனத்தைச் சார்ந்த விலங்குகளிடம் கூட உருவ அமைப்புகளிலும், வாழ் திறங்களிலும் வாழ்விடங்களுக்கேற்பப் பெரும் வேறுபாடுகள் நிலவுகின்றன. ஆர்க்டிக் பகுதியில் மட்டுமே வாழும் உடல்திறத்தைப் பெற்றிருக்கும் பனிக்கரடிகளால் வெயில் அதிகம் உள்ள இடங்களில் எப்படி அதிக நாட்கள் வாழ இயலாதோ, அவ்வண்ணமே சாதாரண நிலப்பகுதியில் வாழும் கரடிகளால் பனிப்பிரதேசத்திலும் வாழ முடியாது. இங்ஙனம் வாழ்விடங்களின் தாக்கமானது உலகின் அத்துணைப் பகுதிகளிலும் பரவி வாழும் அனைத்து உயிரினங்களிடமும் ஏதேனும் ஒரு வகையில் இருந்து கொண்டிருக்கிறது எனக் கூறலாம்.



படிநிலை வளர்ச்சிகள்

பாதுகாப்பைக் கருத்தில் கொண்டே மனித இனம் குழுக்களாக இணைந்து வாழும் வாழ்க்கை முறையினைக் கடைப்பிடிக்கத் தொடங்கியிருக்க வேண்டும். ஆனால் வேட்டைச் சமூகமாக வாழ்ந்தபோது முதலில் விலங்குகளிடமிருந்து மட்டுமே பாதுகாப்பு தேவைப்பட்ட மனிதக் குழுக்களுக்குப் பின்னர் வேட்டையாடிய உணவுடன் தங்கள் பெண்கள் மற்றும் குழந்தைகளையும் பிற இனக் குழுவினரிடமிருந்து காப்பாற்ற வேண்டிய கட்டாய நிலையும் ஏற்பட்டிருக்க வேண்டும். தேவைகளே கண்டுபிடிப்புகளின் தாய் என்ற கருத்திற்கொப்ப வேட்டையாடுவதற்காக மட்டுமன்றிப் பகைவர்களைத் தாக்குவதற்காக வும் புதிய வகை ஆயுதங்களை வடிவமைக்கும் திறத்தை வளர்த்துக்கொள்ளத் தொடங்கியது மனித இனம் எனலாம்.

வேட்டைச் சமூகத்திலிருந்து உழவுச் சமூகமாக முன்னேறியதை மனித இனத்தின் முக்கியமான படிநிலை வளர்ச்சி என்பர். வேட்டையாடிக் கொணர்ந்த இறைச்சியையும், காட்டில் கிடைத்த புல்லரிசி, கிழங்கு மற்றும் பழங்களையும் மட்டுமே உண்டு வாழ்ந்த நிலை மாறி நிலங்களைச் சீரமைத்து விவசாயம் செய்யும் அளவிற்கு வளர்ச்சி பெற்ற பிறகே மனித வாழ்வியலில் பெரும்

மாற்றங்கள் ஏற்படத் தொடங்கின என்று கூறலாம். மனிதர்கள் அன்றாட உணவுத் தேவைகளுக்காக அலைந்து கொண்டிருந்த நிலையை மாற்றியது விவசாயம்தான். விவசாயத்தின் மூலம் விளைவித்த உணவுப் பொருட்களைச் சேமிக்கத் தொடங்கியதன் பயனாகக் கிடைத்த ஒய்வு நேரங்கள் மனிதனை அடுத்தகட்ட முன்னேற்றப் பாதைக்கு அழைத்துச் சென்றுள்ளன. அந்த வகையில் இயற்கை வளம் நிறைந்த பகுதிகளில் செழிப்பான வாழ்க்கை வாழ்ந்தவர்கள் வளமற்ற பகுதிகளில் வாழ்ந்தவர்களை விடவும் முன்னேற்றமடைந்தவர்களாக இருந்துள்ளனர். முதலில் ஆற்றங்கரையோரங்களிலேயே நாகரிக வளர்ச்சி ஏற்பட்டது என்னும் கருத்து ஈண்டு நினைவுகூரத் தக்கது.

பஃறுளி நாகரிகம்

உயர்ந்த மலை வளம், அடர்ந்த காட்டு வளம், சிறந்த நிலவளம், நீர்வளம், பரந்த கடல்வளம் என்று அனைத்து இயற்கை வளங்களையும் ஒருங்கே பெற்றிருந்த பகுதியில் வாழ்ந்த தமிழர்கள் பேரறிவும் பெரும் ஆற்றலும் உடையவர்களாகத் திகழ்ந்தனர் எனலாம். வளமான வாழ்வியல் சூழல் பல்வேறு ஆராய்ச்சிகளைச் செய்வதற்கான வாய்ப்பினையும் தமிழர்களுக்கு வழங்கியிருக்கிறது. நிலவியல் ஆராய்ச்சி, வானவியல்

ஆராய்ச்சி, மொழி ஆராய்ச்சி, கருவிகள் வடிவமைக்கும் ஆராய்ச்சி முதலான பல்வேறு ஆய்வுகளையும் தங்களது அறிவுத்திறத்தால் தொடர்ந்த வண்ணம் இருந்துள்ளனர் என்ற கருத்திற்கு வலுச் சேர்க்கும் சான்றுகளாகத் தமிழர்தம் இலக்கியங்கள் உள்ளன.

சங்க இலக்கியம் உட்பட பல பண்டைத் தமிழ் இலக்கியங்களில் பல்றுளி ஆறு பற்றிய குறிப்புகள் காணப்படுகின்றன. அத்துடன் “பல்றுளி ஆற்றுடன் பன்மலையடுக்கத்துக் குமரிக் கோடும் கொடுங்கடல் கொள்ள..” என்னும் சிலப்பதிகார வரிகளையும் சான்றாக்கி, தமிழர்களுக்கு வளமளித்த பல்றுளியாறும் பல அடுக்குகளைக் கொண்டி ருந்த குமரிமலையும், தமிழர்கள் வாழ்ந்த பெரும் நிலப்பகுதியும் கடலுள் மூழ்கிப்போயின என்று கருதுகின்றனர் ஆய்வாளர்கள். தொல்காப்பியர் படைத்த தொல்காப்பியத்தில் “என்ப” என்னும் சொல்லும் “என்மனார் புலவர்” என்ற சொற்றொடரும் பல இடங்களில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளதையால் தொல்காப்பியர் மற்றும் அகத்தியருக்கு முன்னரே பல தமிழ்ப் புலவர்கள் வாழ்ந்து இலக்கண நூல்கள் உட்பட பல்வேறு நூல்களையும் இயற்றியிருக்க வேண்டும் என்ற கருத்து உறுதியாகிறது. இலக்கியங்கள் படைக்கப்பட்ட பிறகு அவற்றைச் செம்மைப்படுத்துவதற்காகவே இலக்கண நூல்கள் இயற்றப்படும் என்ற உலக மொழியியல் அறிஞர்களின் முடிபின்படி நோக்கினால் தொல்காப்பியருக்கு முன்னரே பல இலக்கண நூல்கள் படைக்கப்பட்டிருக்க வேண்டும் என்பது உறுதி. தன்னிறைவு பெற்ற மகிழ்ச்சியான வாழ்க்கை வாழுக்கூடிய இனத்தால் மட்டுமே மொழி ஆராய்ச்சியிலும் இலக்கியப் படைப்பிலும் ஈடுபடமுடியும். மொழி வளர்க்க சங்கம் அமைக்குமளவிற்குப் பெருமை மிக்க நூல்களை இயற்றிய புலவர்களும்,

அவர்களைப் பேணிப் போற்றிய அரசர்களும், இலக்கியத்தில் நாட்டமுடைய மக்களும் பல்லாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்னரே வாழ்ந்த பகுதி பல்றுளி ஆற்றால் வளம் கொழித்த நிலப்பகுதியாக இருந்துள்ளதன் வாயிலாகப் பல்றுளியாற்றுத் தமிழர் நாகரிகமே காலத்தால் முற்பட்டது என்ற முடிவுக்கு வரமுடியும்.

கிடைக்கப்பெற்றிருக்கும் தமிழ் இலக்கியங்களில் தொன்மை வாய்ந்ததாக இருப்பது தொல்காப்பியம். இலக்கணத்தோடு தமிழரின் வாழ்வியலையும் விளக்கும் வகையில் அமைந்துள்ள தொல்காப்பியத்தில் நிலங்கள், குறிஞ்சி; மூல்லை; மருதம்; நெய்தல் என நான்கு பிரிவுகளாகவும், குறிஞ்சியும் மூல்லையும் வறட்சியால் வறண்டுபோனால் அந்நிலப்பகுதி பாலை எனவும் வகைப்படுத்தப்பட்டு ஐந்தினைகளாகக் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளன. பாலை நிலத்திற்கான தெய்வத்தைத் தொல்காப்பியர் கூறாததும் தமிழர் நாடு வறன் நிலம் இல்லா வளப்பகுதி என்பதற்கு ஒரு சான்றாவதைக் காணமுடிகிறது.

காலத்தையும் நிலத்தையும் முதற்பொருளாகவும், வாழும் உயிரினங்களையும் வழங்கும் பொருட்களையும், வணங்கப்படும் தெய்வத்தையும் கருப்பொருளாகவும், கூடுதல், பிரிதல், இருத்தல், இரங்கல், ஊடல் என்னும் வாழ்வியல் ஒழுக்கங்களை உரிப்பொருளாகவும் சுட்டும் வழக்கம் தொல்காப்பியர் காலத்தில் மட்டுமன்றி அதற்கு முந்தைய காலம் தொட்டே தமிழர்களிடம் இருந்திருக்க வேண்டும். தலை மக்களின் பெயர்களைக் குறிப்பிடக்கூடாது என்ற கோட்பாட்டுடன் பல்லாயிரம் ஆண்டுகளைக் கடந்தும் வாழ்வியல் பாடத்தின் முக்கிய உறுப்பாகக் குறிப்பிடப் பட்டுக்கொண்டிருக்கும் அன்பின் ஐந்தினைகள் ஆழ் நோக்குடன் அடுத்த இதழில்..





குடை மிளகாய்கள்

வெறும் சுலவக்காக அல்ல

குடை மிளகாய்கள் உண்மையிலே குப்பர்ஸிபுட் ஆகும். ஏனென்றால் இதில் புற்றுநோயை எதிர்த்துப் போராடும் Apigenin, luteol, luteolin, quercetin மற்றும் capsate உள்ளிட்ட பல ஆண்டிலுக்கிடீட்டுகள் நிறைந்துள்ளன.

சிவப்பு, மஞ்சள் உள்ளிட்ட பல நிறங்களில் கிடைக்கும் குடை மிளகாய்கள், பெல் பெப்பர்ஸ் மற்றும் ஸ்வீட் பெப்பர்ஸ் என்றும் குறிப்பிடப்படுகின்றன. பலவேறு நிறங்களில் கிடைப்பது போலவே பலவித ஆரோக்கிய நன்மைகளையும் குடை மிளகாய்கள் கொண்டுள்ளன.

பல்வேறு பிரபலமான உணவுகளில் சுலவையுட்டக் குடை மிளகாய் சேர்க்கப்படுகின்றது. உணவை கலர்ஸ் புல்லாக மாற்றவும் உதவுகின்றது. இந்தச் சிவப்பு மற்றும் மஞ்சள் நிற பெல் பெப்பர்ஸ் பலருக்கும் தெரியாத சிறந்த ஆரோக்கிய நன்மைகளைக் கொண்டுள்ளது. இவற்றைப் பச்சையாகவும் திண்ணலாம், சமைத்தும் சாப்பிடலாம். இதனிடையே பிரபல ஊட்டச்சத்து நிபுணரான வோல்வீத் பாற்றா நம் டய்டில் ஏன் இவற்றைச் சேர்க்க வேண்டும் என்பதற்கான சில முக்கியக் காரணங்களை ஷேர் செய்துள்ளார்.

கண் ஆரோக்கியத்திற்குச் சிறந்தது

குடை மிளகாய்களில் நம் கண்களைப் பிரகாச மாகவும் ஆரோக்கியமாகவும் வைத்திருக்கும் கரோட்டி னாய்டுகளான Lutein மற்றும் zeaxanthin-கள் உள்ளன. எனவே குடை மிளகாய்களை உணவில் சேர்ப்பது கண் ஆரோக்கியத்தை மேம்படுத்தும்.

ஆண்டிலுக்கிடீட்டில் அதிகம் உள்ளன

ஃபிளாவனாய்ட்ஸ் உள்ளிட்ட ஆண்டிலுக்கிடீட்டிலுள்ளகள் குடை மிளகாய்களில் நிறைந் துள்ளன. இது உடலை ஆக்ஸி டேட்டில் சேதத்திலிருந்து பாதுகாக்க உதவுகிறது. குடை மிளகாய்களின் ரிச்சான் சிவப்பு நிறத் துக்கு Capsanthin தான் காரணம். Capsanthin என்பது

ஒரு சக்திவாய்ந்த ஆண்டிலுக்கிடீட்டு ஆகும். இது UVA மற்றும் UVB சேதத்திலிருந்து சருமத்தைப் பாதுகாக்கிறது.

நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியை அதிகரிக்கக் கூடும்

குடை மிளகாய்களில் வைட்டமின் ஏ மற்றும் வைட்டமின் சி உள்ளிட்ட பல இன்றியமையா வைட்டமின்கள் நிறைந்துள்ளன. இந்த வைட்டமின்கள் நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியை அதிகரிப்பதிலும், நோய் அபாயத்தைக் குறைப்பதிலும் முக்கியப் பங்கு வகிக்கின்றன.

கேள்கர் அபாயத்தைக் குறைக்கிறது

குடை மிளகாய்கள் உண்மையிலே குப்பர்ஸிபுட் ஆகும். ஏனென்றால் இதில் புற்றுநோயை எதிர்த்துப் போராடும் Apigenin, luteol, luteolin, quercetin மற்றும் capsate உள்ளிட்ட பல ஆண்டிலுக்கிடீட்டில் நிறைந்துள்ளன. தவிர பீட்டா கரோட்டின், பீட்டா கிரிப்போக்காந்தின் (*beta-cryptoxanthin*) மற்றும் வைகோபீன் போன்ற கரோட்டினாய்டுகளும் உள்ளன.

இதய ஆரோக்கியத்திற்கு நல்லது

குடை மிளகாயில் வைகோபீன், வைட்டமின் சி மற்றும் வைட்டமின் ஏ உள்ளிட்ட ஆண்டிலுக்கிடீட்டில் நிறைந்துள்ளன. இவை ஃப்ரீ ரேடிக்கல்ஸ் சேதத்தைத் தடுப்பதன் மூலம் நம்முடைய இதய ஆரோக்கியத்தை மேம்படுத்துகின்றன. அதே போல Homocysteine- கையூ வெவல் இதய நோய் அபாயத்தை அதிகரிக்கிறது. குடை மிளகாய்களில் இருக்கும் ஏராளமான வைட்டமின் பி மற்றும் ஃபோலெட் Homocysteine-ன் அளவைக் குறைத்து இதய ஆரோக்கியத்திற்கு உதவுகிறது. நீங்கள் குடை மிளகாய்களை ஸ்லைஸ் செய்து அப்படியே பச்சையாகவோ, ரோஸ்ட் செய்தோ, கிரில் செய்தோ அல்லது ஃப்ரை செய்தோ சாப்பிடலாம். குடை மிளகாய்களை உங்கள் டய்டில் சேர்ப்பது குறித்து உங்களுக்குச் சந்தேகம் இருந்தால் மருத்துவமரை கலந்தாலோசிக்கவும்.



பனை மரங்கள்

பாதுகாப்புக் கூட்டமைப்பு சார்பில் சந்திப்பு



15.05.2023 அன்று முற்பகல்
10.30 மணிக்குத் தமிழ்நாடு அரசு
பனை மரத் தொழிலாளர்கள்
நலவாரியத் தலைவர் மேன்மைமிகு
ஜயா என்னாவூர் கி.நாராயணன்
அவர்களைச் சென்னைத் தலைமை
அலுவலகத்தில் பனை மரங்கள்
பாதுகாப்புக் கூட்டமைப்பு சார்பில்
சந்தித்துப் பேசிச் சாத்தாரில்
நடைபெறவிருக்கும் விழாவுக்கு
அழைப்பு விடுத்த பொழுது.
தமிழ்நாடு பனைமரங்கள்
பாதுகாப்புக்
கூட்டமைப்பின்
தலைவர் திரு.
தாமோதரன்
அவர்கள் ஜயா
என்னாவூர்
கி.நாராயணன்
அவர்களுக்கு
நன்றி
தெரிவித்துப்
பொன்னாடை



போர்த்தினார். உடன்
தவப்புதல்வி காலாண்டிதழின்
ஆசிரியர் மற்றும் தமிழ்நாடு
பனைமரங்கள் பாதுகாப்புக்
கூட்டமைப்பின் கெளரவத்
தலைவர் மற்றும்
ஆலோசகருமான முனைவர்
சுபத்ரா செல்லத்துரை,
எழுத்தாளர் திரு.பச்சைமால்
கண்ணன் மற்றும்
திரு.உத்திரகுமார் அவர்கள்.

புதுமலை உடல்ப்பும் நில மாசுபாடும்



**திரு. சே. பச்சைமால்
கண்ணன்**

எழுத்தாளர்,
கோவன்குளம்
திருநெல்வேலி

**நீரின் றமையா துலகெனின் யார்யார்க்கும்
வானின் றமையா தொழுக்கு (திருக்குறள் 20)**

நீர் இல்லாமல் அமையாது உலகம்.
அதுபோல வான்மழையில்லாமல் அமையாது
இழுக்கம். உலகிலுள்ள உயிர்களெல்லாம் உயிர்
வாழ்வதற்குத் தேவையானவை காற்றும் நீரும்
உணவும். உணவெனப்படுவது மன்னொடு
நீர் சேர்வதால் விளைவது. உயிர்களின் உடல்
எடையில் அரைப்பங்குக்கு மேல் நீர்தான்
உள்ளது. உடல் சூட்டைத் தணிக்கக் குடிப்பதும்
நீர்தான். வெயிலின் வெக்கையிலிருந்து
உடலைக் காக்க நீராடுவதும், உடலைத்
தூய்மையாக்கக் குளிப்பதும் நீரில்தான்.
உணவைச் சமைக்கவும் வேவிக்கவும் பயன்
படுவது நீர்தான். சமைத்த ஏனங்களைக்
கழுவப் பயன்படுவதும் நீர்தான். கடலிலுள்ள
உவர்நீர் குடிக்கப் பயன்படாது. ஆனாலும்
உலகைச் சூழ்ந்துள்ள கடல் நீரால்தான்
புவிவெப்பம் தணிக்கப்பட்டுப் பல்லுயிர்
வாழும் சூழல் நிலவுகிறது. உழவு, தொழில்
ஆகிய இரண்டுக்கும் பயன்படுவது நீர்தான்.
ஆகையால் நீரின்றமையாது உலகு.

அத்தகைய நீர் நமக்குக் கிடைப்பது
மழையால். மழைநீரே மிகவும் தூய்மையானது.
அருவிநீரும் ஆற்றுநீரும் ஊற்றுநீரும் நிலத்து
நீரும் குளத்துநீரும் தூய்மையில் முறையே
மழைநீரை அடுத்து வருவன். இவ்வகையாகக்
கிடைக்கும் நீரைக் கலங்களில் கோரியெடுத்து
மக்கள் பயன்படுத்துகின்றனர்.

தொடக்கக்காலத்தில் ஓலைப்பட்டையில்
தண்ணீரைக் கோரித் தேங்காய்ச் சிரட்டை,
சுரைக்குடுக்கை, ஆமை ஒடு ஆகியவைகளில்
ஊற்றிவைத்துப் பயன்படுத்தினர். ஓலையால்
நீரொழுகாக் குடுவை செய்து பதநீர் இறக்கவும்
தண்ணீர் சுமக்கவும் பயன்படுத்தியுள்ளனர்.
கற்களைப் பயன்படுத்தக் கற்றபோது கற்றொட்டி
செய்து அதில் தண்ணீரை ஊற்றிவைத்துப்
பயன்படுத்தினர். கற்றொட்டிகளை இன்றும்
பலவூர்களில் காணலாம். மரத்தொட்டிகளிலும்
தண்ணீரை ஊற்றியிருக்கின்றனர். உருளி
(சக்கரம்) கண்டுபிடிக்கப்பட்டு மண்ணால்
பானைகள் கலயங்கள் வனைந்தபோது
தண்ணீர் கோருவதும் எடுத்துச் செல்
வதும் சேமித்து வைப்பதும் இன்னும்

எளிமையாயிற்று. பதநீர் சேகரிப்பதற்கும் குடிநீர் ஊற்றிவைப்பதற்கும் இன்றும் மட்பாண்டங்களே சிறந்ததாக உள்ளன. மட்பாண்டங்களே ஆதித்தநல்லூரிலுள்ள பொருநையாற்றங்கரை நாகரிகத்தை உலகுக்கு உணர்த்துகின்றன.

மாழை (உலோகங்கள்) கண்டுபிடிக்கப்பட்ட பிறகு உடையாத கலங்கள் செய்யத்தொடங்கி விட்டனர். தண்ணீர் ஊற்றிவைக்கவும் கோரிக் குடிக்கவும் இன்றுவரையும் பயன்படுத்தப்பட்டு வருபவை செப்பேனங்களும் வெண்கல ஏனங்களுமே. ஈயம், அலுமினியம் போன்ற வற்றால் செய்யப்படும் கலங்களில் உள்ள தண்ணீரைக் குடிக்கும்போது அவை குடலுக்குள் சென்று கோளாறு உண்டாக்கும். இருப்பினும் ஏழைமக்கள் தண்ணீரைச் சேமித்து வைக்கவும் உணவு சமைக்கவும் ஈய அலுமினியப் பானைகளையே பயன்படுத்துகின்றனர். வெள்ளிரும்பு (துருப்பிடிக்காத இரும்பு) ஏனங்களும் பார்ப்பதற்குப் பளிச்சென்று இருப்பதால் ஒருகாலத்தில் மக்களால் பெரிதும் விரும்பப்பட்டன.

இப்போது வெள்ளிரும்பின் விலைமதிப்புக் குறைவு என்பதால் அதற்குச் செப்பு, வெண்கல ஏனங்கள் போன்று மக்களிடையே மதிப்பும் இல்லை. நெகிழி(பிளாஸ்டிக், நெலான்) யாலான குடங்களும் குடுவைகளும் பயன் பாட்டுக்கு வந்தபின்னர் மட்பாண்டங்கள் மறக்கப்பட்டன. செப்புக்குடங்கள் பரண மேல் போடப்பட்டன. வெள்ளிரும்பு ஏனங்கள் வந்தவிலைக்கு விற்கப்படுகின்றன. நெகிழியாலான குடங்களையும் குடுவைகளையும் பயன்படுத்தும்போது அவற்றிலுள்ள நெகிழித்துகள் குடலுக்குள் சென்று வயிற்றுவலியை ஏற்படுத்தும் என்று தெரிந்த பிறகும் மக்கள் அதன் பயன்பாட்டைக் குறைத்துக்கொள்ளவில்லை.



வணிக நிறுவனங்களும் அரிசி, பருப்பு, உழுந்து, மாப்பண்டங்கள், ஊறுகாய், பேரீத் தம்பழம், எண்ணெய், வித்துக்களில் வடித்த நெய் (வனஸ்பதி), தண்குடிப்புக்கள், தண்ணீர் போன்றவற்றை நெகிழிப் பைகளிலும் நெகிழிப்புட்டில்களிலுமே அடைத்து விற்கின்றனர். அவற்றை நிலத்தில் வீசாமல் காக்கவும் மறுபயன்பாட்டுக்கும் உரிய ஒரு சட்டமோதிட்டமோ நாட்டில் இல்லை.

நீர்மங்களையும் மருந்துகளையும் சாராயத்தையும் சேமித்து வைக்கவும் எடுத்துச் செல்லவும் நெடுங்காலத்துக்கு முன்பிருந்தே பீங்கான், கண்ணாடி ஆகியவற்றாலான குடுவைகளும் ஏனங்களும் புட்டில்களும் பயன்படுத்தப்பட்டுக் கொண்டிருக்கின்றன. தேன், ஊறுகாய், மதுவகைகள் ஆகியவற்றைக் கெடாமல் காப்பதற்கு இவை மிகவும் ஏற்றவை. புளிப்பு, உவர்ப்பு ஆகியவை மட்பாண்டங்களையும் வெண்கல ஏனங்களையும் அரித்துவிடும் தன்மை கொண்டவை. அச்சவைகள் பீங்கான், கண்ணாடி ஆகியவற்றாலான புட்டில்களை ஒன்றுஞ் செய்வதில்லை. உள்ளே எவ்வளவு நீர்மம் இருக்கிறது என்பதைத் தெரிந்துகொள்ள உதவும் ஒளியூடுருவுந் தன்மை கண்ணாடிக் கலங்களின் தனிச்சிறப்பு. இத்தகைய சிறப்புத் தன்மைகளைக் கொண்டிருப்பதாலேயே மது வகைகளும் மருந்து வகைகளும் தண்குடிப்புக்களும் புட்டில்களில் அடைத்து விற்கப்படுகின்றன.

பொருள் எத்தகைய பயனுடையதாயினும் அதைப் பயன்படுத்துவோன்றுப் பொறுத்தே அதன் நன்மையும் தீமையும் அளவிடப்படும். புட்டில்களில் அடைத்து விற்கப்படும் பொருள்களைப் பயன்படுத்தியவர்கள் அதே புட்டில்களில் தேன், ஊறுகாய், எண்ணெய், நெய் ஆகியவற்றைச் சேமித்துவைத்துப் பயன்படுத்துவதைக் காண்கிறோம்.

அடியக்கள் வாய்க்குறுகிய புட்டில்களில் மண்ணெண்ணெய் ஊற்றி, மூடிகளில் துளையிட்டுத் திரி செருகி விளக்காகப் பயன்படுத்துவதையும் காண்கிறோம். இப்படி நன்னோக்கத்திற்காகப் பயன்பட்டு வந்ததையே நாட்டுக்காகாத நயவஞ்சகர் சிலர் தவறாகப் பயன்படுத்தத் தொடங்கினர். அவர்கள் மண்ணெண்ணெய்க்கு மாற்றாகக் கண்ணெய் (பெட்ரோல்) ஊற்றித் திரியைக் கொளுத்திப் பேருந்துகளின் மேலும் வணிக நிறுவனங்கள் மேலும் வீசிக் கண்ணெய்க் (பெட்ரோல்) குண்டுப் பண்பாட்டையே உருவாக்கி விட்டனர்.

தொண்ணாறுகளில் நிகழ்த்தப்பெற்ற சாதி வன்முறைகளில் அறுவாளுக்கு அடுத்தபடியாகப் பயன்படுத்தப்பட்ட கருவி இந்தப் புட்டில் குண்டுகளே. இவற்றால் எரிந்துபோன பேருந்துகளின் எண்ணம் சிலநாறுகளாகும். ஒரு போக்குவரத்துக் கழகமே இந்தப் புட்டில்குண்டுகளால் இழப்புக்குள்ளானது வேறெங்குமில்லை, புகழெனின் உயிரையுங் கொடுக்கும் அதேநேரத்தில் பழியெனின் உலகுடன் பெறினும் வேண்டாத பண் பாட்டுக்குரிய தமிழ்நாட்டில் திக்கெல்லாம் புகழும் திருநெல்வேலிச் சீமையில்தான். பேருந்துகள் எரிந்துபோய் இழப்புக்குள்ளானது கட்டபொம்மன் போக்குவரத்துக் கழகம்தான்.

திரைப்படங்களில்கூடச் சோடாப்புட்டில் களையும் மதுப்புட்டில்களையும் மதுக் கிண்ணங்களையும் உடைத்து எதிரியைக் குத்துவது போன்ற காட்சிகள் எடுக்கப்பட்டன. நாட்டிலும் பலவிடங்களில் புட்டில் உடைத்துக் குத்திக் கொல்லும் துண்பியல் நிகழ்வுகள் நிகழ்ந்தன. ஒரு படத்தில் நாயகன் தன்பெயரைச் சொன்னால் சோடாப்புட்டில் பறக்கும் என்று பாட்டுப் பாடும் காட்சியும் இடம்பெற்றிருந்தது. வன்முறைக் காட்சிகளில் சோடாப்புட்டில்களையும் மதுப்புட்டில்களையும் அடித்து நொறுக்கும் காட்சிகள் தவறாமல் இடம்பெற்றன. இப்போது அதுபோன்று எடுக்கப்படாமல் துப்பாக்கியால் சுட்டுக்கொல்வதும் வெடிவைத்துக் கொல்வதும் போன்று எடுக்கப்படுகின்றன.

மக்கள் செய்வதைப் பார்த்துத் திரைப்படத்தில் காட்சியமைத்தாலும், திரைப்படங்களைப் பார்த்து மக்கள் செய்தாலும் இருவர் செய்வதுமே தவறுதான். திரைப்படத்தில் குத்தாமல் குத்துவதுபோன்று நடிக்கவும், சாவாமல் செத்ததுபோன்று நடிக்கவும் இயலும். ஆனால் புட்டில்களையும்

மகிழுந்துக் கண்ணாடிகளையும் கண்ணாடிச் சாளரங்களையும் உடைப்பதுபோன்றுள்ள காட்சிகளை உண்மையிலன்றிப் பொய்யாய் வரைகலைநுட்பத்தால் எடுக்க முடியாது. இனிமேலாவது இதுபோன்ற சுற்றுச்சூழல் மீதான வன்முறைக் காட்சிகளைத் தவிர்த்து இயற்கையைப் பேணுவது போன்ற காட்சிகளைத் தங்கள் திரைப்படங்களில் இயக்குநர்கள் புகுத்த வேண்டும்.

கண்ணாடிப் பொருட்களைக் கவனத்துடன் கையாள வேண்டும் என்ற எச்சரிக்கை மதுப்புட்டில்களையும் கண்ணாடிப் பொருட்களையும் அடைத்திருக்கும் எல்லா அட்டைப்பெட்டிகளிலும் இடம்பெற்றுள்ளது. அந்த அட்டைப்பெட்டியிலிருந்து அதை எடுப்பவர்களின் கண்களுக்கு அந்தச் சொற்கள் படலாம். ஆனால் அவற்றைப் பயன்படுத்தும் எல்லாருக்கும் தெரியும்படிச் சுற்றுச்சூழல் பாடத்தில் குறிப்பிட வேண்டும். கண்ணாடிப்பொருட்களைக் கவனமாகக் கையாளவது, தவறி உடைந்துவிட்டால் அவற்றை அப்புறப்படுத்துவது பற்றியும் பாடத்தில் குறிப்பிட வேண்டும். உடைந்த கண்ணாடியும் பீங்கானும் நிலத்தை எவ்வாறெல்லாம் மாசுபடுத்துகின்றன என்பதையும், அவற்றை மிதிக்கும் உயிரினங்கள் எப்படி யெல்லாம் புண்படுகின்றன என்பதையும் விளக்கும்படிப் பாடங்கள் அமைந்தால்தான் பசுமரத்தாணிபோலப் பிஞ்சள்ளங்களில் பதியும்.

சோடாப்புட்டில்களும் மதுப்புட்டில்களும் மருந்துப்புட்டில்களும் கவனஞ்சிதறிக் கைதவறி உடைவது அரிதாகவே நிகழ்கிறது. அழுத்த மிகுதியாலும் வெப்பத்தாலும் வெடிப்பதும் உடைவதும் நொறுங்குவதும் எப்போதாவதுதான் நிகழ்கிறது. வேண்டுமென்றே நொறுக்கப்படுவதுதான் பெரும்பாலும்



நிலத்தை மாசுபடுத்தும் காரணியாக உள்ளது. மது விடுதிகளில் அறிவு மயக்கத்தாலும் கடுமையான தெம்பாலும் பலசமயம் குடிவெறியர்கள் புட்டிலை உடைத்துச் சண்டையிடுகின்றனர். பெரும்பாலோர் கடைகளிலிருந்து மதுப்புட்டில்களை வாங்கி வந்து சாலையோரங்களிலோ பாலக்கரைகளிலோ ஆற்றங்கரைகளிலோ கட்டடங்களின் அருகிலோ இருந்து மதுவைக் குடித்துவிட்டுப் புட்டில்களை அங்கேயே போட்டுவிட்டுச் சென்றுவிடுகின்றனர். சாலை, பாலம், நீர்த்துறை, கோவில், குளம், பலர் நடமாடும் கட்டடம் என்றும் பாராமல் சிலர் மதுமயக்கத்தால் புட்டில்களைக் கற்களில் ஏறிந்து உடைத்து நொறுக்கிவிட்டுஞ் செல்கின்றனர்.

இவர்களால் நொறுக்காமல் விடப்படும் புட்டில்கள், அதை உடைத்தால் தீங்கு என்பதை அறியாச் சிறு வர்களின் கணகளில் படும் போதும், அதன் தீங்கு தெரிந்தும் விளையாட்டுக்கும் உடைக்கும் இளைஞர்களின் கணகளில் படும்போதும் கற்களால் ஏறிபடுகின்றன; கற்களில் ஏறிபடுகின்றன. மின்கம்பங்களில் எறியப்படுகின்றன. இருப்புப்பாதைகளில் எறியப்படுகின்றன. எப்படியாயினும் உடைபடுவது கற்களல்ல. புட்டில்களே. உடைத்து நொறுக்கினவன் காலிலும் நொறுங்குகள் குத்தும். உடைந்து கிடக்கிறது என்பதைப் பாராதவரின் கால்களிலும் விலங்குகளின் கால்களிலுங்கூடக் குத்தும். பெரும்பாலும் உடைத்தவன் அதிலே சென்று மிதிப்பதில்லை. கள்ளமறியா உள்ளங்கள்தான் அதில் மிதித்துக் குத்துப்பட்டு மருத்துவம் பார்த்து வருகின்றன.

பொதுவிடங்களான கோவில் குளம் ஆறு சாலை ஆகிய இடங்களில் என்று

மட்டுமில்லை. சுற்றுலாப் போகும் இடங்களிலுந்தான் மதுப்புட்டில்கள் அதிகம் நொறுக்கப்பட்டிருக்கின்றன. நான் பார்த்த இடங்களிலே கன்னியாகுமரியில் புட்டில்கள் அதிகம் நொறுக்கப்பட்டுக் கடலில் கிடக்கின்றன. முட்டத்துக் கடற்கரையில் உயர்ந்த பாறைகளின்மேல் நின்றுகொண்டு தென்கடல் அழகைப் பார்க்கும் பெருமிதம் எங்குங் கிட்டாது. அங்கே அந்தப் பாறைகளில் நிறைய மதுப்புட்டில்கள் நொறுக்கப்பட்டிருக்கின்றன. செருப்பில்லாமல் நடமாடினால் செத்தோம்.

மேற்கு மலைத்தொடர் பல்லுயிர்ப் பெருக்கத்திற்கு ஏற்றவிடமாக ஒன்றிய மாநில அரசுகளால் அறியப்பட்டு அங்கே காட்டுயிர்ப் புகலிடங்கள் ஏற்படுத்தப்பட்டுள்ளன. அருவிகள், கோவில்கள் போன்ற இடங்கள் தவிர்த்து அங்குள்ள காடுகளில் பொதுமக்கள் நடமாட்டத்திற்குத் தடை விதிக்கப்பட்டுள்ளது. மலைச்சாரலில் உள்ள காவல்சாவடிகளில் நெகிழிப்பொருட்கள், மதுப்புட்டில்கள் கொண்டுசெல்லக் கூடாதென்று எழுதிப்போட்டிருக்கின்றனர். கொண்டுசெல்கின்றனரா என்று ஆய்ந்தும் வருகின்றனர். அதையும் மீறிப் பலர் மதுப்புட்டில்களையும் நெகிழிப்பொருட்களையும் கொண்டு சென்றிருப்பது கன்னியாகுமரி மாவட்டத்துக் கிருப்பரப்பிலும் திருநெல்வேலி மாவட்டத்துக் கிருக்குறுங்குடியிலும் மாஞ் சோலையிலும் பாவநாசத் திலும் திருக்குற்றாலத்திலும் பாறைகளில் எறிந்து நொறுக்கப்பட்டிருக்கும் மதுப்புட்டில்களால் தெரிய வருகிறது.

ஓருநாளைக்குப் பல்லா யிரக்கணக்கானோர் வந்துசெல்லும் இதுபோன்ற இடங்களில் நொறுக்கப்பட்டிருக்கும் புட்டில்களால் ஒவ்வொரு நாளும் புண்படுவோர் எண்ணிக்கையும் ஏராளம். விலங்குகள் புண்பட்டது ஊருலகத்திற்கே தெரியாமல் போயிருக்கும். எண்ணற்று உயிரினங்கள் புண்பட்டு இறந்திருக்கலாம். புட்டில் உடைக்கும் இச்செயலால் காடுகள் காப்பு, உயிரினக் காப்பு, சுற்றுலா வளர்ச்சி, நலவாழ்வு, சுற்றுச்சூழல் தூய்மை ஆகிய அனைத்தும் உடைத்து நொறுக்கப்படுகின்றன என்பதை அரசும் கானகத்துறையும் சுற்றுலாத் துறையும் உணர வேண்டும்.

சென்னை மெரினாக் கடற்கரையில் ஒரு சதுர அடி பரப்பில் ஏழேட்டுக் கண்ணாடித் துண்டுகள் கிடக்கின்றன. அந்த



அளவுக்கு அது திறந்தவெளிக் குடிப்பகமாக மாறியிருப்பதில் வியப்பேதும் இல்லை. ஏனெனில் தமிழ்நாடே உலகின் இந்தியாவின் திறந்தவெளிக் குடிப்பகமாகத்தான் உள்ளது. தமிழ்நாட்டில் சுற்றுலா இடங்களில் மட்டும் மது குடிக்கவில்லை. ஆறு, குளம், கோவில் நுழைவாயில், பள்ளிக் கூடத்தின் நுழைவாயில், வயல்வெளிகள், பூங்காக்கள் ஆகியனவும் மது குடிக்கும் இடங்களாகவே உள்ளன. ஆங்காங்கே கிடக்கும் மதுப் புட்டில்களே இதற்குத் தக்க சான்றாகும். இது மட்டுமல்லாமல் இன்னொன்றைச்



சொன்னால் வியப்பாக இருக்கும். அரசுப் பேருந்துகளின் இருக்கைகளுக்கு அடியிலும், தொடர்வண்டிகளின் கழிவறைகளிலும் மதுப்புட்டில்கள் கிடைக்கின்றன. இதைவிட மானக்கேடு வேறென்ன இருக்க முடியும்? இந்தியாவிலே எல்லாவற்றிலும் முதலிடம் எனப் புள்ளிவிவரங்களைக் காட்டிப் பெருமைப்படும் தீராவிட ஆட்சியாளர்கள் சாராயக் குடி யிலும் தமிழ்நாடு முதலிடம் எனக் கூறிப் பெருமைப்பட்டுக்கொள்ள வேண்டியதுதானே. இந்த ஆண்டின் மாநில வரவுசெலவுத் திட்டத்தில் நாற்பதாயிரம் கோடி ரூபாய்க்கு மேல் இலக்கு வைக்கப்பட்டுள்ளது. எதற்கு? தமிழ்ப் பிள்ளைகளின் கல்விக்கா? இல்லை. தமிழ்நாட்டு மக்களின் மருத்துவத்துக்கா? இல்லை. தமிழ்நாட்டு மக்களுக்குக் குடிநீர் வழங்குவதற்கா? இல்லை. வீடில்லா மக்களுக்கு வீடுகட்டிக் கொடுப்பதற்கா அதுவும் இல்லை. பிறகு எதற்காக இந்தத் தொகை இலக்கு? சாராய விற்பனைக்குத் தான் இந்த இலக்குக் குறிக்கப்பட்டுள்ளது. இவ்வளவுப் புட்டில்களும் மறுசூழ்சிக்கு வந்துவிடுமா என்ன? அவ்வளவு அறிவாளிகளையா உருவாக்கியுள்ளது அரசு. 1969 ஆம் ஆண்டு முதல் தமிழ்நாட்டை

ஆண்டுவரும் இரு தீராவிடக் கட்சியினரும் இப்போதே மூன்று தலைமுறையினரை நல்ல குடிமக்களாக்கி விட்டனர். பாட்டன், அப்பன், மகன், மருமகன் எல்லாரும் ஒன்றாகச் சேர்ந்து குடிக்குமளவுக்குத் தமிழ்நாட்டில் குடிமைநாகரிகம் (Civilization) வளர்ந்து விட்டது.

வயல்கள், நீர்நிலைகளில் மதுப்புட்டில்களை உடைத்து நொறுக்கிப் போட்டிருப்பது மிகப்பெரிய சுற்றுச்சூழல் சீரழிவாகும். இதைத் தடுத்து நிறுத்தும் என்னம் தமிழ்நாட்டு அரசுக்குக் கொஞ்சங்கூட இல்லை. மதுப்புட்டில்களையும் கொடுத்து, மதிமயக்கும் மதுவால் புட்டிலை உடைக்கும் தெம்பையும் கொடுத்துக் கொண்டிருக்கும் அரசின் செயலே இத்தனைக்கும் முதற்காரணம் என்று ஒரேயடியாகக் கூறி விடலாம். நீலமலைப் பகுதியில் மது வாங்குவோர் அந்தப் புட்டில்களைத் திருப்பி ஒப்படைக்க வேண்டும் எனத் தமிழ்நாட்டில் உள்ளாற்குமின்றும் உத்தரவிட்டது. மக்கள்நலன் காக்கும், சுற்றுச் சூழல் காக்கும் நல்லரசாக இருந்தால் அதை மாநிலம் முழுவதும் நடைமுறைப்படுத்தியிருக்கும்.

மதுப் புட்டிலின் விலை ஐந்து பங்களைக் கொண்டால் புட்டிலைத் திருப்பிக் கொடுத்தால் ஒருபங்குப் பணம் திருப்பித் தரப்படும் என அறிவித்துப் பாருங்கள். மதுப் புட்டில் உடைப்பைத் தடுத்து நிறுத்தலாம்.

முழுவதும் மது விலக்கப்படும் நாளன்று புட்டில் உடைப்புத் தானாகவே நின்றுவிடும். அந்நாளே தமிழகத்தின் பொன்னாள். அந்நாள் வரவேண்டும் என்றே சுற்றுச்சூழல் ஆரவலர்கள் விரும்புகின்றனர்.

அதற்குமுன் மலைக்கு மதுப்புட்டில்கள் கொண்டுசெல்லக்கூடாதென்று தடை விதிக்க வேண்டும். சுற்றுலாவிடங்களில் மதுப்புட்டில்கள் வாங்குவோர் யார்யார் என்றும் எத்தனை புட்டில்கள் வாங்கினர் என்றும் கணக்கெடுத்துப் பயன்படுத்திய காலிப்புட்டில்களைத் திருப்பித் தரச்சொல்ல வேண்டும். திருப்பித் தராத புட்டில்களின் அளவைப்பொறுத்துச் சுற்றுச்சூழல் காப்பு வரி விதிக்க (தண்டம் இறுக்க) வேண்டும்.

புட்டில் உடையாத காட்டில் வாழ்வது விலங்குகளுக்கும், புட்டில் உடையாத நாட்டில் வாழ்வது மக்களுக்கும் உரித்தான் உரிமைகளாகும்.



உணவும் பண்பாடும் மெருகேற்றலும்



முனைவர்
ஆ.பிரபு

உதவிப் பேராசிரியர்
தமிழ்த்துறை
தூய நெஞ்சக் கல்லூரி
திருப்பத்தூர்



மனிதனின் அடிப்படைத் தேவைகளில் முதலிடம் வகிப்பது உணவு. மனித நாகரிகம் பல்வேறு படிநிலைகளைக் கடந்து வந்த சூழலில் உணவுப் பண்பாடும் ஒசையின்றி உடன் வளர்ந்ததை மானிடவியல் ஆய்வு முடிவுகளின் வாயிலாக அறிகின்றோம். தமிழர்களது முற்கால வரலாற்றை ஆராயும்போது, உணவு உள்ளிட்ட அடிப்படைக் காரணிகள் குறித்தும் உடன் விவரிக்கப்படுகிறது. அந்த அளவிற்கு உணவிற் கான இருப்பு மனித வரலாற்றில் நீக்கமற நிலைத்துள்ளது. தொல்காப்பியர் முதலாக இச்கால எழுத்தாளர்கள் வரையிலும் தங்களது படைப்புகளினுடே வெவ்வேறு காலக்கட்டங்களில் உணவுக்குறிப்புகளைத் தத்தம் பாணியில் பதிவு செய்துள்ளனர். அவ்வகையில், தமிழ்ச்சூழலில் பண்பாடு குறித்த விவாதத்தில் மொழி, கலை, இனம், உடை, வீரம் ஆகியவற்றோடு உணவு இடம்பெறத் தவறுவதில்லை. அங்ஙனம்

பண்பாடு குறித்த விவாதங்களில் அதிகக் கவனம் பெறக்கூடிய உணவுதான், அன்மைக் காலத்தில் அனைவரையும் இந்திய அரசியலை நோக்கியும் பார்வையைச் செலுத்தக் காரணமாக அமைந்தது. ஆம், இங்கு உணவில் கூடப் பேதம் பார்த்து, அதன்பொருட்டு உயிரையும் குடிக்கும் அவலம் பெருகி வந்து கொண்டிருக்கிறது. இந்நிலையில், மனிதனது பரிணாம வளர்ச்சியில் உணவின் பங்கு குறித்தும்; தமிழர் பண்பாட்டில் அசைவு உணவு குறித்தும், உணவிற்கான மதிப்புக் கூட்டப்பட்ட இன்றைய நிலை குறித்தும் விவரிப்பதே இக்கட்டுரையின் நோக்கமாகும்.

மனித உணவில் இறைச்சி

மனித வரலாறு குறித்த அறிவியல் ஆய்வுகள் மனிதனின் தோற்றம், உடலமைப்புகள், அவை பரிணமித்த தன்மை ஆகியன குறித்துத் தக்க சான்றுகளுடன் விவரிக்கின்றன. அவற்றில் மனிதனது பற்களின் அமைப்புக்



குறித்தும் அவற்றின் படிநிலை மாற்றம் குறித்த பல்வேறு தகவல்கள் கூட்டப்படுகின்றன. அதாவது “நியாண்டர்தால்களுக்கு எட்டு இணைப்பற்கள் காணப்படுகின்றன (8லு2). வெட்டுப்பற்கள் 2/2, கோரைப்பற்கள் 1/1, கடைவாய்ப் பல் 3/3, இடைவாய்ப் பல் 2/2. இவை பொதுவாக வேட்டையாடிய மாமிசத்தைக் கிழிக்கவும், அரைக்கவும் அதிகம் பயன்பட்டன. குறிப்பாகக் கோரைப்பற்களின் அமைப்பானது மனிதன் மாமிசப்பட்சினை என்பதை உணர்த்துவதாக உள்ளது.” இக்கூற்றின் வாயிலாக மனிதனது தொடக்கக்கால உணவு பெரும்பாலும் இறைச்சியே என்பதையும் அதற்கேற்ப மனிதனது உடல் பாகங்கள் தகவமைக்கப்பட்டுள்ளன என்பதையும் அறியலாம். செவ்வியல் காலக்கட்டத்தில் வாழ்ந்த இனக்குழு மக்களான சங்ககால மக்கள் உணவிலும் இறைச்சி பயன்பாட்டில் இருந்ததை அறிய முடிகிறது.

தொல்தமிழரும் உணவுப் பயன்பாடும்

மனித வரலாறு குறித்த விவாதத்தில் உணவினைப் புறந்தள்ளிவிட இயலாது. உலகளாவில் நடைபெறக்கூடிய மானிடவியல் சார்ந்த ஆய்வுகளில் உணவு குறித்த பகுப் பாய்வுகள் பல தொடர்ந்து நடைபெற்று வருகின்றன. காரணம், உணவின் பயன்பாடு மனித வாழ்வியலோடு தொடர்புடைய உயிர்க் காரணியாகும். ஆதியில் மனிதக்கூட்டங்கள் வேட்டைச் சமூகக் குழுக்களாக இயங்கின. ஆகவே, குழு வேட்டையில் கிடைத்த இறைச்சியும், இயற்கையில் எளிதாகக் கிடைத்த தாவரவகை உணவுகளுமே மனி தனின் அடிப்படை உணவுகளாயின. இக்காலக் கட்டத்தில் மனிதனுக்கு அவ்வப்போது ஏற்படும் பசியினைப் போக்கிக்கொள்ளும்

தேவைக்கே உணவு என்ற நிலை நிலவியது. ‘அடுத்த வேளாக்கான உணவு சேகரிப்பு’ என்ற எண்ணம் மனிதனுக்குத் தோன்றிய நிகழ்வே நாகரிக வளர்ச்சியின் அடுத்தகட்ட நகர்வாகக் கருதப்படுகிறது. இங்கிருந்துதான் மனித சமுதாயத்தின் நவீன வரலாறு தொடங்குகிறது என்கின்றனர் மானுடவியல் அறிஞர்கள். இனக்குழுச் சமூகத்தின் உணவுப் படி நிலை வளர்ச்சி யினை அறிந்துகொள்ள ஏதுவாகத் தமிழ்ச் செவ்வியல் இலக்கியங்கள் விளங்குகின்றன. “பூராதனத் தமிழ்ச் சமூகத்தில் தொடக்கத்தில் கூட்டுவாழ்க்கை முறையே நிலவியது. உள்ளோர், இல்லோர் என்ற பேதம் இருக்கவில்லை. அவர்கள் கிடைத்ததைப் பகிர்ந்து உண்டனர். அல்லது பட்டினி கிடந்தனர். உணவுக்காக மிகவும் கஷ்டப்பட்டனர், அலைந்தனர். உணவு தேடும் முயற்சியில் கூட்டாக ஈடுபட்டனர். தலைவரும், வீரரும் சமமாக இருந்து உணவு உண்டனர், கள் அருந்தினர். இறைச்சி தின்றனர். அவர்களது உணவுமுறை எளியதாக அமைந்தது.” எனகிற இக்கருத்து தொல்தமிழர் வாழ்வில் உணவிற்கான இருப்பு பற்றி அறிந்திட ஏதுவாக உள்ளது. அவற்றை நோக்குகையில் இனக்குழு மக்கள் வாழ்வில் பசி என்னும் தூண்டலின் அடிப்படையில்; தேவை ஏற்பட்டபோது மட்டுமே உணவு என்று வாழ்ந்துவந்தனர். இயற்கை உணவுகளும், வேட்டையாடலும் அதற்குப் பயனளிப்பதாக இருந்தது. நகரும் வாழ்வியலைக் கொண்டிருந்த மக்களைச் சமூகமயமாதல் என்னும் கட்டமைப்பிற்குள் இட்டுச்சென்றது உணவுதான் என்றால் அது மிகையாகாது. உழவுத்தொழிலும் அது சார்ந்த மரபு அறிவும் மனிதனை நிலையாக வாழ்ந்திட உந்தியது என்பதை இங்குக் குறிப்பிடுவது பொருத்தமாக அமையும்.

மேலும், சங்ககாலச் சிற்றுரூப்களில் வசித்த தொல்குடிகள் மேற்கொண்ட தொழில் என்பது பெரும்பாலும் பொருளீட்டு அன்றி, அன்றாட உணவுத் தேவையினைப் பூர்த்திசெய்து கொள்ளவும், அடுத்த வேளை உணவுக்கான பொருட்களை உருவாக்கிக் கொள்ளவுமே என்றிருந்தன. ஐவகை நிலங்களில் வசித்த மக்களின் அன்றாடத் தொழில்களை நோக்கும்போது அது உணவுக்கான தேடல்தான் என்பது



தெளிவாகும். சான்றாக, சுரம்மிக்க நிலமான பாலை நிலத்து மக்கள் வழிப்பறியின்பால் கிடைக்கும் பொருட்களை நம்பியே வாழ்ந்தனர். எனினும் வேட்டையாடுவதும், ஆநிரை கவர்தலும் அவர்களது உணவுத் தேவையினைப் பெருமளவு நிறைவுசெய்தன. இவை தவிர, ஈசல், உடும்பு, நண்டு, முயல், மான், ஆநிரைகள் போன்றவற்றின் இறைச்சியினையும் உட்கொண்டனர்.

“தோகைத் தூவித் தொடைத்தார் மழவர் நாகுஆ வீழ்த்துத் திற்றி தின்றஞ்”
(அகம் 249: 1213)

“இன்சிலை எழிஏறு கெண்டி புரைய நினைம்பொதி விழுத்தடி நெருப்பின் வைத்து எடுத்து

அணங்குஅரு மரபின் பேளப் போல விளர்ஊன் தின்ற வேட்கை நீங்க துகள் அற விளைந்த தோப்பி பருகி குலாஅ வலவில் கொடுநோக்கு ஆடவர் புலாஅல் கையர் பூசா வாயர் ஓராஅ உருள்துடி குடுமிக் குராலொடு மராஅஞ் சீறார் மருங்கில் தூங்கும்”
(அகம் 265: 1221)

“வயவாள் எறிந்து வில்லின் நீக்கி பயம்நிரை தழிலை கடுங்கண் மழவர் அம்புசேண் படுத்து வன்புலத்து உய்த்தென தெய்வம் சேர்ந்த பராரை வேம்பில்

கொழுப்புஆ எறிந்து குருதி தூஉய் புலவப்புமுங்கு உண்ட வான்கண் அகலறை....” (அகம் 309:16)

விளர் ஊன் தின்ற வீங்கு சிலை மறவர்
(அகம் 89/10)

விளர் ஊன் தின்ற வேட்கை நீங்க
(அகம் 265/15)

விளர் ஊன் தின்ற வெம் புலால் மெய்யர் புறம் 359/5

கொழுப்பு ஆ தின்ற கூர்ம் படை மழவர்
(அகம் 129/12)

மேற்கண்ட சங்க இலக்கிய வரிகள் யாவும் அக்காலத்தில் வாழ்ந்த மக்களது உணவில் இறைச்சியின் பங்கு குறித்து விவரிப்பனவாக உள்ளன. அவற்றில், அகநானானாற்று 249 ஆவது பாடலானது; மயிலின் இறகுகளால் தொடுக்கப்பட்ட மாலையை அனிந்த மழவர்கள், பல பூக்களையுடைய காட்டில் சுருங்கிய நிழலில் தங்கி, இனைய பசுவினைக் கொன்று, அதன் ஊனைத் தின்ற இடமாகிய புலால் வீசும் இடம் என்று விரிந்து செல்கிறது. அடுத்ததாக இடம்பெறும் சான்றுகளில் ‘விளர் ஊன்’ என்பது புதிய வெளிரிய இறைச்சி எனப்படும். ‘கொழுப்பு ஆ தின்ற கூர்ம்படை மழவர்’ கொழுத்த ஆக்களைக் கவர்ந்துசென்று, கொன்று தின்ற கூரிய படைகளையுடைய மழவர்கள் என்ற விளக்கம் ஆநிரைகளை உண்ணும் வழக்கம் தமிழரிடையே வழக்கத்தில்

இருந்ததைக் காட்டுகின்றது. ‘திற்றி’ எனும் பதம் கடித்துத் தின்னுதற்குரிய இறைச்சி என்று அகராதிகள் கூட்டுகின்றன. மேலும், பாலை நிலத்தில் காணப்படும் புல்லசியினை நிலஉரலில் குற்றிச் சமைத்து அதனுடன் உப்புக்கண்டம் (பதப்படுத்தப்பட்ட இறைச்சி) சேர்த்து உண்டனர் என்ற செய்தியும் சங்க இலக்கியத்தில் பதிவாகியுள்ளது. வேட்டையாடுவதில் வல்லவர்களான மறவர்கள் வில்லாற்றலில் சிறந்தவர்களாதவின் அவர்கள் இருப்பிடங்களைச் சுற்றிக் காணப்படும் விலங்குகளை வேட்டையாடி அவற்றின் இறைச்சியினை வாட்டி உண்டனர். எஞ் சியவற்றைப் பக்குவப்படுத்திச் சேகரித்து வைத்தனர். அக்காலத்தைய இனக்குமுக்கள் ஆநிரை கவர்தலைத் தொழிலாகக் கொண்டிருந்தனர் என்பது நாம் அறிந்ததேயாகும். அங்ஙனம் ஆநிரை கவர்ந்து வருகையில் தம் வெற்றியினைக் கொண்டாட, அவற்றில் கொழுத்த கன்றை அடித்து அதன் மாமிச்ததை வாட்டி உண்டுள்ளனர். தாம் வழிபடும் தெய்வங்களுக்கு நன்றிப்பலியாகவும் ஆநிரை இறைச்சியைப் படைத்துள்ளனர். ஆனால் இன்றைக்கு மாட்டு இறைச்சியினை உண்போர் தீண்டத்தகாதோர் என்று இச்சமூகம் வரையறுத்துள்ளது. சங்ககாலத் தொல்தமிழரின் உணவில் அது இடம் பெற்றிருப்பது குறிப்பிடத்தக்கதாகும்.

சங்ககால இனக்குழு மக்கள் புலால் உணவினையே பெரிதும் விரும்பியுண்டனர். இது பண்டைய நாடோடி இனக்குழு வாழ்வில் மேற்கொண்ட வேட்டைச் செயலின் தொடர்ச்சியாகவே தெரிகிறது. குறிப்பாக, சங்ககாலச் சிற்றார் மக்கள் வேட்டை உணவுகளையே பெரிதும் விரும்பி உண்டனர். அந்தந்த நிலங்களில் காணப்பட்ட உண்ணக்கூடிய விலங்குகளைத் தத்தம் பாரம்பரிய மரபுகளின் அடிப்படையில் வேட்டையாடி உண்டனர் என்பதைச் சங்க இலக்கியங்களின் வழி அறியமுடிகிறது. “வசதி குறைந்த குறிஞ்சி நில மக்கள் பெரும்பாலும் ஆநிரைகளைக் கவர்ந்தனர். வேட்டையாடி மிருகங்களைக் கொல்வதைவிட, ஆநிரைகளைக் கவர்வது வேட்டுவருக்குக் குறைந்த உழைப்பையும் அதிகப்பயனையும் தந்தது. ஆநிரை கவர்தல் ‘வெட்சி’ என்ற பெயரில் புறத்தினையில் பின்னாளில் அது ஒரு போர் ஒழுக்கமாகப் பரிணமித்தது.” என்ற இக்கருத்து வேட்டைச் சமூக இனக்குழு மக்களின் ஆதிகாலத்துப் புலால் உணவில் ஆநிரை உள்ளிட்ட பல விலங்குகளின் இறைச்சி உணவுப்பட்டியலில் இடம் பெற்றதை அறிகின்றோம். குறிப்பாக

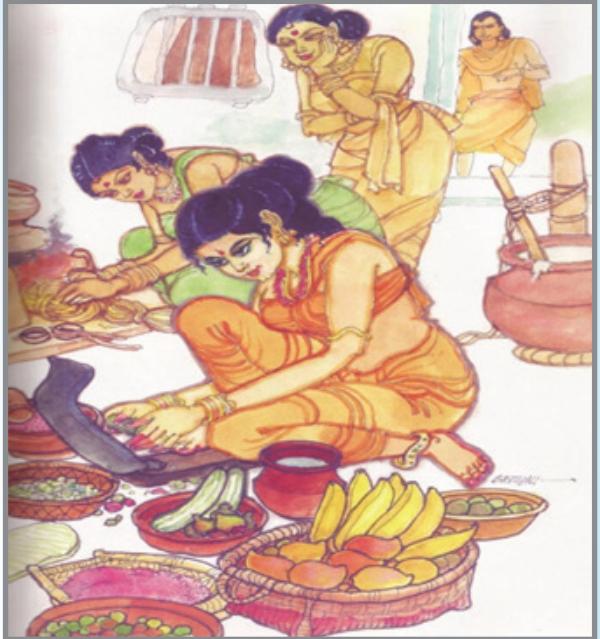
மாட்டிறைச்சி, தொல்காப்பியப் புறத்தினைச் செய்திகளை நோக்குகையில், ஆநிரை கவர்ந்த வீர்கள் அம்மகிழ்ச்சியைக் கொண்டாடும் பொருட்டு, அவற்றில் ஒன்றை அறுத்துப் பகிர்ந்து உண்ட செய்திகள் பதிவாகி உள்ளன. சீறூர் மனனர்களும் காளையினை அறுத்து உண்டதாகப் புறப்பாடல்கள் விவரிக்கின்றன. ஆனால், பிற்காலங்களில் இவ்வுணவு தீட்டாகக் கற்பிக்கப்பட்டது. அதனை உண்போர் தாழ்ந்த மக்கள் என அடையாளப்படுத்தப்பட்டனர். உண்மையில் இது ஆதித்தமிழர்களின் பாரம்பரிய உணவு என்பது குறிப்பிடத்தக்கது. சங்ககாலப் பாடல்கள், தமிழகத்தில் இறைச்சி உண்பது இயல்பான களியாட்டமாக இருந்ததைக் காட்டுகின்றன. ஆநிரை கவர்ந்து வந்து அவற்றைக் கொண்டு உண்டு அந்தக் கொழுப்பை வில்லின் நாணி லேயே தேய்த்துவிட்டு; உடனே மீண்டும் ஆநிரை கவரச் செல்லும் தலைவனைப் பற்றிச் சங்கப்பாடல் வியந்து பாடுகிறது. அதே வேளையில் மாட்டிறைச்சியை உண்பவரை ‘இழிசினன்’ என்று தரம்தாழ்த்திய பதிவு களையும் காணமுடிகிறது. இதற்கான காரணம், வந்தேறிகளின் ஏச்சங்கள் பிற்காலத்தில் திட்டமிட்டு இருட்டடிப்புச் செய்து வலிந்து சேர்த்த இடைச்செருகல்களே அவை என்பது கண்கூடு.

உணவும் பண்பாட்டுச் செறிவுட்டலும்

ஒவ்வொரு நாட்டிலும் வாழக்கூடிய இனக்குழுக்களுக்கு, அவர்கள் வாழும் நிலம்சார்ந்த அடையாளங்களில் உணவும் இடம்பெறுவதுண்டு. அங்ஙனம் வாழ்விடம், சுற்றுச்சூழல், இயற்கைவளம் ஆகியவற்றின் அடிப்படையில் உயிரினங்கள் உணவுப் பழக்கத்தை ஏற்படுத்திக் கொண்டுள்ளன. அவற்றில் மனிதனும் அங்கம் வகிக்கின்றான். சமைக்கும் முறை, பரிமாறுதல், உண்ணும் விதம் என ஒவ்வொரு சமூகக் குழுவிற்கும் பல தனித்தன்மைகள் உள்ளன. இத்தனித்



தன்மைகளைச் சமூக மாணிடவியல் ஆய்வாளர்கள் தங்கள் இனவரைவியல் ஆய்வுகளில் சிறப்புறப் பதிவுசெய்துள்ளனர். சான்றாக, மாட்டிறைச்சியைச் சமைத்து உண்ணும் மக்கள் மீதான இச்சமூகப் பார்வை என்ன என்பது நாம் நன்கு அறிந்ததே. “தலித்துகளின் மாட்டுக்கறி, பன்றிக்கறி உண்ணும் வழக்கமே அவர்கள் மீதான தீண்டா மைக்கான அடிப்படைக் காரணிகளில் ஒன்றாகக் கருதப்படுகின்றது” என்பதே இன்றுவரையிலும் பெரும்பாலானவர்களின் கருத்தாகும். இவ்வாறாக மாட்டிறைச்சியை உண்ணும் இனக்குழுக்களின் சமூக அமைப்பையும், அவர்களுக்கான சமூக இருப்பினையும், அவர்கள்மீது திணிக்கப்படும் ஏற்றத்தாழ்வையும் பார்க்கும்போது, உணவு என்பது உண்ணக்கூடிய அதாவது பசியைப் போகக்கூடிய ஒரு பொருள் என்ற கருத்து இங்கு உடைபட்டு அதனுள் பண்பாடு என்னும் மாயக் கற்பிதம் திணிக்கப்பட்டுள்ளதை உணரலாம். உணவுகளின் மீதான புனிதமானது புனிதமற்றது, விலக்கும் விருப்பமும் எனப் பலவகையில் உணவுக் கற்பிதம் இந்தியாவில் நிலவுகின்றது. உணவை வட்டாரம் சார்ந்தது, நிலம் சார்ந்தது, சமூகங்கள் சார்ந்தது எனப் பலதரப்பட்டவர்களின் அடையாளமாகக் கொண்டுவர முயற்சி செய்துள்ள நிலையில், ஆரியர்களின் பண்பாட்டில் இறைச்சி இடம்பெற்றிருந்ததையும் மறுக்க இயலாது. சான்றாக, “இந்தியச் சமூகத்தின் தனி முத்திரை”, “இந்தியச் சமூகத்துக்குக் கருத்தளிக்க வந்த கபிலர், புத்தர், மகாவீரர் மற்றும் பலரையும் பின்தள்ளி ‘மநுவே’ அனைவரையும் வழி நடத்துபவராக இன்றும் இருக்கிறார்” என்றெல்லாம் புகழப்படும்(!!) ‘மனுதர்ம சாஸ்திரம்’ என்னும் நூல் பின்வருமாறு கூறுகின்றது; “முள்ளம்பன்றி, சல்ய மிருகம், உடும்பு, காண்டாமிருகம், ஆமை. முயல் இவை ஜிந்தும் நகங்களுடையவை எனினும், இவற்றையும்; ஓட்டகம் தவிர்த்த ஒற்றைப் பல்லுள்ள மிருகங்களையும் உண்ணலாம்” “வேள்விக்கென்றே பசுக்கள் பிரம்மனால் படைக்கப்பட்டன. உலக நன்மையை முன்னிட்டே நடைபெறுவனவான வேள்விகள் செய்யப்படும்போது அது தவறாகாது” என்ற இக்குறிப்புகளைப் பொதுவெளியில் நின்று ஆராய்கின்றபோது, மனிதனது வாழ்வில் ‘பசிக்கு உணவு’ என்பதுதான் தொடக்க நிலை என்பதும், இன்றைய போலிக் கற்பிதங்களான; ‘மாட்டிறைச்சி உண்ணாதே, பசுவதை இந்தியப் பண்பாட்டுக்கு எதிரானது’ என்பது போன்ற வெற்று முழுக்கங்களைப் பொய்யாக்குவதாக உள்ளன.



இறைச்சியும் தீண்டாமையும்

இந்தியச் சமூகத்தில் இறைச்சி உண்பவர்கள் இரு கூறாகப் பகுக்கப்படுகின்றனர். அதாவது, ஆட்டிறைச்சி உண்பவன் மேலோன். மாட்டிறைச்சி உண்பவன் கீழோன். இவ்விரண்டில் உள்ள ஏற்ற இறக்கம் எதனால், எங்கிருந்து வந்தது என்பது புரியாத புதிராகவே உள்ளது. மாட்டிறைச்சி உண்பவர் ஒதுக்கப்பட்டதன் விளைவு, அவர்களைத் ‘தீண்டத்தகாதவர்’ என்று பிரித்தாளக் காரணமானது. “வடக்கில் நிலவிய நால்வருண முறையிலிருந்து ஆயிரக்கணக்கான இறுக்கமான சாதிகள் கிளைத்தன. உணவு முறையாலும், மணவினையாலும் ஒவ்வொரு சாதியும் பிற சாதிகளோடு உறவு கொள்ள முடியாதவாறு இறுக்கமுற்றது” என்ற இக்கருத்து உணவின் பின்னணியில் இந்தியாவில் சாதிய அமைப்புகள் நிறுவப்பட்டன என்பதை உணர்த்துவதாக உள்ளது. இதே உணவுப் பேதம்; குறிப்பிட்ட மக்களின் சமய மாற்றத்திற்கும் வழிவகுத்தது என்பதை நாம் அறிவோம். மாட்டிறைச்சி உண்ணும் மக்களைத் தாழ்த்தி ஒதுக்கிய இந்துமதத்தைத் துறந்து கிறித்தவ சமயத்தில் தஞ்சம் புகக் காரணமானதும் உணவுதான். ஆனால், பின்னாளில் இந்தியக் கிறித்தவர்களிடையேயும் சாதியம் தலைவிரித்தாடியது. இன்றைக்கும் ஆங்காங்கே தலித்துகள் தேவாலயங்களில் புறக்கணிக்கப்பட்டு, உரிமைகளை இழந்து ஒதுக்கப்படுகின்றனர். அதற்கு அவர்கள் உண்ணும் மாட்டிறைச்சியும் ஒரு காரணமாகச் சொல்லப்படுகின்றது. ஆனால், பரிசுத்த வேதாகமம் மாட்டிறைச்சியினை உயர்ந்துதொரு



உணவாகச் சுட்டுகின்றது. சான்றாக ஊதாரி யின் மைந்தன் உவமை பின்வருமாறு விவரிக்கின்றது; “அப்பொழுது தகப்பன்தன் வேலையாள்களிடம்; நீங்கள் உயர்ந்த ஆடைகளைக் கொண்டுவந்து, இவனுக்கு உடுத்தி, இவன் கைக்கு மோதிரத்தையும் கால்களுக்குக் காலனிகளையும் அணிவியுங்கள். கொழுத்த கன்றைக் கொண்டுவந்து சிறந்த விருந்து சமையுங்கள். நாம் விருந்துண்டு, இன்பமாயிருப்போம். என் மகனான இவன் இறந்தான், திரும்பவும் உயிர்த்தான். காணாமற்போனான், திரும்பவும் காணப்பட்டான் என்றான். அப்போது அவனுடைய முத்த மகன் வயலில் இருந்தான். அவன் திரும்பி வீட்டுக்கு அருகே வருகிறபோது, கீதவாத்தியத்தையும், நடனக்களிப்பையும் கேட்டு, வேலையாள்களில் ஒருவனை அழைத்து; என்ன என்று விசாரித்தான். அதற்கு அவன், உம்முடைய சகோதரன் வந்தார், அவர் மறுபடியும் நலமுடன் உம்முடைய தகப்பனிடத்தில் வந்து சேர்ந்தபடியினாலே அவருக்காக விருந்து செய்கிறார் என்றான். அப்பொழுது அவன் கோபமடைந்து, வீட்டினுள்ளே போக மனதில்லாதிருந்தான். தகப்பனோ வெளியே வந்து, அவனை வருந்தியழைத்தார். அவன்; தகப்பனுக்குப் பதிலாக; இதோ, இத்தனை வருடக்காலமாய் நான் உமக்கு வருந்தி உழைத்தேன், ஒருக்காலும் உம்முடைய கட்டளையை நான் மீறாதிருந்தும், என் நண்பர்களோடு நான்

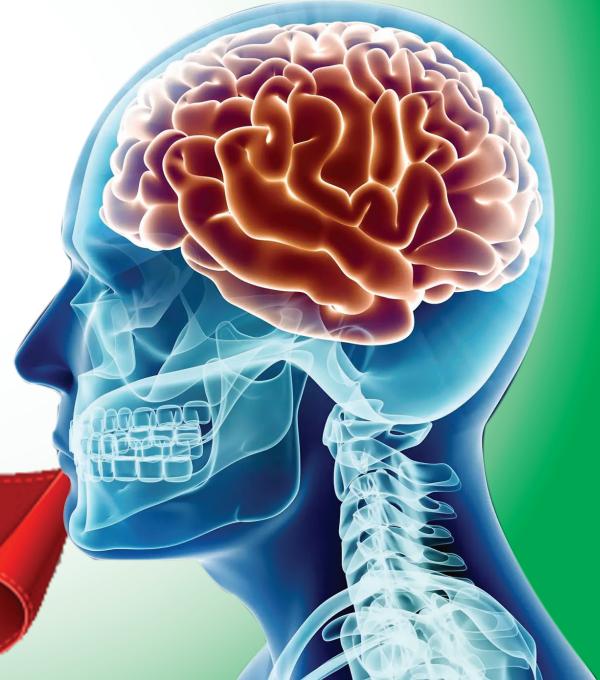
இன்பமாயிருக்க, நீர் ஒருக்காலும் எனக்கு ஒரு ஆட்டுக்குட்டியைக்கூடக் கொடுக்கவில்லை. விலைமாதர்களிடத்தில் உம்முடைய சொத்தை அழித்த உம்முடைய மகனாகிய இவன் வந்தவுடனே கொழுத்த கன்றை இவனுக்காகச் சமைத்து விருந்து கொண்டாடுகிற் என்றான்” (ஹக்கா 15:1132). ஆகவே, உலகளாவில் தொன்மை வாய்ந்த குடிகள் யாவரும் இறைச்சி உண்ணும் வழக்கத்தையே கொண்டிருந்தனர். சான்றாக, இன்றுவரையிலும் உலகளாவில் எண்ணிக்கையில் அதிகளாவில் வாழும் அயலகக் கிறித்தவர், இசுலாமியர், சீனர்கள் என அனைவரும் மாமிச விரும்பிகள்தான் என்பது உலகறிந்த உண்மை. ஆகவே மாட்டிறைச்சி என்பது உண்ணக்கூடிய ஒன்றுதான். அப்படியிருக்க அதனையுண்ணும் மக்களைப் பிரிவினைக்குட்படுத்துதல் எங்ஙனம் தகும்?

உணவு என்பது உயிர்வாழுத் தேவையான ஒன்றே என்றாலும், காலப்போக்கில் அதன் தன்மை, வகை, சமைக்கப்படும் முறை போன்றவற்றால் அதற்கான மதிப்பு கூட்டப் பட்டது. வயிற்றுப் பசியினைப் போக்கிய நிலை மாற்றம் பெற்று; சமூகம், தகுதி, பொருளாதாரம் ஆகியவற்றிற்கு ஏற்ப உணவின் மதிப்பு இச்சமூகத்தால் மாற்றியமைக்கப்பட்டது என்பதே உண்மை. இன்று இந்தியச் சூழலில் ஒவ்வொரு சமுதாயத்தினருக்கு என்றே தனித்த உணவுவகைகள் அடையாளப்படுத்தப் பட்டுள்ளன. ‘உணவும் சமூகமும்’ ‘உணவும் பண்பாடும்’ ஒன்றையொன்று ஊடாடுபவை. மனித குலம் ஒன்றாயினும்; வாழும் சூழலுக் கேற்பப் பண்பாட்டிற்கும், சமூகத்திற்கும், சூழலிற்கும், தனிநபருக்கும் உணவுவழியாகத் தனித்தன்மையான அடையாளங்கள் இவ்வுலகில் வகுக்கப்பட்டுள்ளன. இந்தியாவில் ஒருபடி மேலே சென்று உணவில் உயர்வுதாழ்வு என்ற பேதங்கள் புகுத்தப்பட்டுள்ளன. இவை திட்டமிட்டுக் கற்பிக்கப்பட்டவை. இத்திட்டத்தினை வகுத்து உருவாக்கியவர்கள் வந்தேறிக் கூட்டங்களேயாவர். அவ்வாறு செய்வதன் வாயிலாகச் சமூகப் பிரிவினைகளை உருவாக்கிட இயலும் என்ற அவர்களின் இலக்கு, அது மிகச்சரியாகப் பயன்வித்தது. அன்று முதலாக உணவு என்பது ஒரு பொருளாக அன்றி, அது சமூகத்துடன் இணைந்த ஓர் குறியீடாகக் கருதப்படுகின்றது. இன்றைக்கு எவ்வோ விரித்த வைலையில் அகப்பட்டுக் கொண்டு, நீ இதை உண்ணாதே, இது புனிதமானது! இது இழிவானது! என்று பாடம் புகட்டும் வந்தேறிகளின் மிச்சங்களுக்கு, அப்பாவி மண்ணின் மைந்தர்கள் பலியாவது தான் இப்பொதுவுடைமை இந்தியாவின் இறையாண்மையாகக் கருதப்படுகின்றது.



முனைவர் ப.சு. செல்வமீனா

இணைப்பேராசிரியர்
தமிழ் உயராய்வு மையம்
அழகப்பா அரசு கலைக்கல்லூரி
காரைக்குடி, சிவகங்கை மாவட்டம்



திருக்குறளில் மதி

முன்னுரை

திருக்குறள் உலகப் பொதுமறை என்னும் சிறப்புடையது. இதில் ஜம்பெரும் பூதங்கள் கோள்கள், இரு சுடர்கள், வாழ்வியல் விளக்கங்கள், நீதிகள், பழக்கவழக்கங்கள், நம்பிக்கைகள் மற்றும் பண்பாட்டுக் கூறுகள் போன்றவை இடம்பெற்றுள்ளன. இவற்றுள் திருக்குறளில் மதி என்பது குறித்து விளக்குவதே இக்கட்டுரையின் நோக்கமாகும்.

மதி விளக்கம்

மதி என்னும் சொல்லுக்கு இரு சுடர்களுள் ஒன்றாகிய நிலவு என்னும் பொருளும் அறிவு என்னும் பொருளும் உண்டு.

திருக்குறளில் மதி அறிவு

திருக்குறளில் அறிவு என்னும் பொருளில் மதி என்னும் சொல்லாட்சி இரு இடங்களில் (குறள்கள் 636, 915) பயின்று வருகின்றது.

அமைச்சரும் மதியும்:

ஓரு அமைச்சர் நூல் அறிவோடு நுண்ணுறிவை உடையவராய்,



பகவர் கருதுவனவற்றைத் தாம் அறிந்து அழித்து நுட்பமிகு சூழ்சிகளுடன் திகழ வேண்டும் (636) என்கிறார் வள்ளுவப் பெருந்தகை. அமைச்சரது இயல்பைக் கூறும் இடத்தில் மதி என்னும் சொல்லாட்சி இடம் பெற்றுள்ளது.

இவ்விடத்து மதி என்பது அமைச்சருக்கு இயல்பாக இருக்க வேண்டிய அறிவைக் குறிக்கிறது.

பெருமையுடையோரும் மதியும்

தெளிந்த பெருமையை உடைய அறிவினை உடையவர், பொருள் கொடுப்பவர்க்கு எல்லாம் இன்பம் தரும் வரைவின் மகளிரைத் தீண்ட மாட்டார் (915). மிகுந்த அறிவுடையவர் வரைவின் மகளிரை மனத்தினாலும் கருத மாட்டார் எனுமிடத்து இங்கும் மதிநலன் என்பது தெளிந்த அறிவு என்னும் பொருள் உடையதாகிறது.

திருக்குறளில் மதி (நிலவு)

உலகத்து இருளைப் போக்கும் இரு சுடர்கள் ஞாயிறும் மதியும் மாகும். இரவு நேர இருளைப்



போக்கும் மதிக்கு நிலவு, திங்கள் என்னும் வேறு பெயர்களும் உண்டு.

திருக்குறளில் மதி என்னும் சொல் 782, 957, 1117, 1118, 1119, 1146 (திங்கள்) ஆகிய குற்ற பாக்களில் இடம்பெற்றுள்ளன.

அறிவும் மதியும்

அறிவுடையார் நட்பு பிறை நிலவு நாள்தோறும் வளர்வது போலும் அறிவிலாதார் நட்பு முழுமதி நாள்தோறும் குறைவது போலும் தன்மையது. (782)

உயர்குடிப் பிறப்பாளரும் மதியும்

உயர் குடியில் பிறந்தோரிடத்துக் குற்றம் தோன்றினால் அது சிறிதாக இருப்பினும் முழு நிலவினிடத்தில் தோன்றும் களங்கம் போலப் பலருக்கும் தெளிவாகத் தோன்றும். (957)

மங்கைமுகமும் மதியும்

தலைவன் தலைமகளின் அழகு நலனைப் புனைந்துரைக்கும் பொழுது “மங்கை முகமும் மதிபோல ஒளிபெற்றுத் திகழ்வதால் விண்மீன்கள் இரண்டையும் பார்த்து மனம் கலங்குகின்றன” (1117) என்கிறான்.

“முழு நிலவே நீ வாழ்க! என் தலைவியின் முகம் போல நீயும் ஒளிவீசும் திறமை பெற்றிருப்பதனால் நீயும் என் அன்புக்குரியை ஆவாய்” (1118) என்று தலைவன் நிலவைப் புகழ்ந்துரைக்கிறான்.

மேலும் “நிலவே மலர் போன்ற கண்களை உடைய மங்கையின் முகத்தை ஒத்திருக்க வேண்டுமானால் நான் மட்டும் காணுமாறு தோன்று! பலரும் காணுமாறு தோன்றாதே!” (1119) என்று நிலவிடம் கூறுகிறான்.

தலைவன் தான் விரும்பும் தலைவியைப் புகழ் நிலவைக் கைக் கொள்கிறான்.

அலரும் திங்களும்

தலைவி தலைவன் மீது தான் கொண்ட காதல் ஊரார்க்குத் தெரிந்து விட்டதை எண்ணி “நான் என் காதலனைக் காணப்பெற்றது ஒரு நாளே! ஆனால் அதனாலுண்டாகிய அலரோ திங்களைப் பாம்பு கொண்ட அலர் போல உலகெங்கும் பரவி விட்டது என்பதும் பெறப்படுகின்றன.

வருந்துகிறாள். திங்களைப் பாம்பு கொண்டற்று என்னும் அடியில் மதியைக் குறிக்கத் திங்கள் என்னும் சொல்லாட்சி கையாளப் பெற்றுள்ளது.

முடிவுரை

‘திருக்குறளில் மதி’ என்னும் இவ் ஆய்வுக்கட்டுரையின் வழி மதி என்னும் சொல் அறிவு, நிலவு என்னும் இரு பொருள்களையும் குறிக்கக் கையாளப் பெற்றுள்ளது.

திருக்குறளில் மதி என்னும் சொல் அறிவைக் குறிக்க இரு (636,915) குற்பாக்களில் இடம்பெற்றுள்ளது. அமைச்சரது அறிவைக் குறிக்கவும் தெளிந்த அறிவினை உடையோரைக் குறிக்கவும் மதி என்னும் சொல் வள்ளுவப் பெருந்தகையால் கையாளப் பெற்றுள்ளது. திருக்குறளில் மதி என்னும் சொல் ஜங்கு (782, 957, 1117, 1118, 1119) இடங்களில் நிலவைக் குறிக்கின்றது.

அறிவுடையார் நட்புக்குப் பிறைநிலவு முழு நிலவாவதும், அறிவிலாதார் நட்புக்கு முழுநிலவு பிறைநிலவாகத் தேய்வதும் (782) உவமையாகக் கூறப்பட்டுள்ளது. உயர்குடிப் பிறந்தோரிடத்துத் தோன்றும் சிறு குற்றம் முழுமதி இடத்தே தோன்றும் களங்கம் போலத் தெளிவாகத் தோன்றும் (957) என்பதும், தலைவன் விரும்பும் மங்கையின் முகம் மதிபோல ஒளி பெற்றுத் திகழ்வதாகக் கூறுவதும் (1117) விளக்கப்பட்டுள்ளது.

தலைவியின் முகம் போல மதியும் ஒளி பெற்றுத் திகழ்வதால் தலைவனது அன்புக்குரியதானது (1118) என்பதையும், தலைவன் மதியைப் பலரும் காணுமாறு தோன்றாதே என்று உரைப்பதையும் (1119) அறிய முடிகிறது.

மதியைக் குறிக்கத் திங்கள் என்ற சொல்லாட்சி கையாளப் பெற்றுள்ளதும், தலைவி தலைவன் மீது கொண்ட காதல் ஊரார்க்குத் தெரிந்து அலரானது திங்களைப் பாம்பு கொண்ட அலர் போல உலகெங்கும் பரவி விட்டது என்பதும் பெறப்படுகின்றன.

வள்ளுவும் போற்றுவோம்!
வாழ்வாங்கு வாழ்வோ!!





முனைவர்
தேமொழி
அமெரிக்கா

பரிப்பெருமாள் எழுதிய திருக்குறள் உரை கூறும் மதங்கள்

அறம், பொருள் இன்பம்
பகுத்துரைக்கும் பொருட்களில்
அணைத்துப் பொருட்களையும்
சூறுவது தமிழர் பெற்ற பேறு.
உலகில் அதிக மொழிகளில்
மொழிபெயர்க்கப்பட்ட நூல்
என்ற சிறப்பையும், தொடர்ந்து
அயல்நாட்டினரும் தமிழரும் என
எண்ணிறந்தோர் உரைகளை
வழங்கிய சிறப்பையும்
பெற்றுள்ளது திருக்குறள்.

திருக்குறளின் பழைய உரைகள் பத்து

திருக்குறஞக்குப்
பத்னான்காம்
நூற்றாண்டுக்கு முன்
உரை எழுதியவர்கள் எனக்
கீழே கொடுக்கப்படும்
பதின்மரையும் திருக்குறளின்
பழைய உரையாசிரியர்களாக
வென்பா ஒன்று சூறுகின்றது.
‘தருமர் மணக்குடவர் தாமத்தர்
நங்சர்
பருதி பரிமேலழகர்
திருமலையர்
மல்லர் பரிப்பெருமாள்
காளிங்கர் வளஞ்சுவர் நூற்
கெல்லையுரை செய்தா ரிவர்
(தனிப்பாடல்)
1.தருமர்,
2.மணக்குடவர், 3.தாமத்தர்,
4.நங்சர், 5.பரிமேலழகர், 6.
பருதி, 7.திருமலையர், 8.
மல்லர், 9.பரிப்பெருமாள்,
10.காளிங்கர் ஆகிய
இவர்களுள்

மணக்குடவர், பருதி,
பரிப்பெருமாள், காளிங்கர்,
பரிமேலழகர் ஆகிய ஐவர்
எழுதிய உரைகளே இன்று
நமக்குக் கிடைக்கின்றன.
மணக்குடவர் திருக்குறளின்
முதல் உரையாசிரியர் என்பது
ஆய்வாளர்களின் கருத்து. இந்த
உரையாசிரியர்கள் வரிசையில்
பரிமேலழகர் காலத்தால்
பிற்பட்டவர் எனவும் அறிகிறோம்.
இவர்களின் காலம் 10ஆம்
நூற்றாண்டு முதல் பதின்மூன்றாம்
நூற்றாண்டு வரை என்பது
ஆய்வாளர்களின் முடிவு.

இவர்களுள் பரிப்பெருமாள்
குறித்த வரலாற்றை இன்றுவரை
தெளிவாக அறிய முடியவில்லை,
இருப்பினும் இவருடைய
உரையின் முடிவில் உள்ள
வெண்பா மூலமாகத் தெள்
செழுவை என்பது இவர்
ஊர் என்பதையும், “தெய்வப்
பரிப்பெருமாள்” என்று பெரிதும்
போற்றப் பெற்றுள்ளார்
என்பதையும் அறிய முடிகிறது.
இவர் வடமொழிப் புலமை
பெற்றவரிகாகவும் அறியப்படுகிறார்.

‘தெரிந்து தெளிதல்’
என்னும் அதிகாரத்தில் உள்ள
குறள்களுக்கு இவர் எழுதிய
உரையில் துரோணாசாரியார்
மதம், மகேச்சர் மதம்,
பராசரர் மதம், வியாதன் மதம்,
உத்தவாசாரியர் மதம், நாரதர்
மதம், சுக்கிரர் மதம், கெளடிவியர்
மதம் என்பனபோன்று பலவேறு
கோட்பாடுகளைச் சுட்டிச்



செல்கின்றார். இவை குறித்து விவரமான செய்திகள் எதுவும் அறிய முடியவில்லை. பரிப்பெருமான் தெரிந்து தெளிதல் அதிகாரத்தில் உள்ள குறள்களுக்கு எழுதிய உரையைத் தொடர்ந்து காணலாம்.

தெரிந்து தெளிதல்பரிப்பெருமான் உரை

தெரிந்து தெளிதலாவது அமாத்தி யரை (அமாத்தியர் இலக்கணம்; அமாத்தியர்=அமைச்சர்) ஆராய்ந்து தெளிதல், காரியந் தப்பாம் லெண்ணி, அதற்காங் காலமும் இடமும் அறிந்தாலும், அது செய்து முடிக்கும் அமாத்தியரையும் என்னிக் கொள்ள வேண்டுதலின், அவற்றின் பின் கூறப்பட்டது.

‘அரியகற் றாசற்றார் கண்ணுந் தெரியுங்கா வின்மை யரிதே வெளியு’

உரை: குற்றற்கிரியனவற்றைக் கற்றுக் குற்றமற்றார் மாட்டும் ஆராயுங்கால் குற்றமின்மை இல்லை. கல்வியுடையார் உள்ளும் புறம்பும் தூயாரைத் தேறலாம் என்பது “தூரோணாசாரியார் மதம்“.

அவ்வளவில் தேறலாகா தென்று இது கூறப்பட்டது.

‘அற்றாரைத் தேறுத லோம்புக மற்றவர் பற்றிலர் நாணார் பழி’

உரை: ஒழுக்கமற்றாரைத் தேறுதலைத் தவிர்க; அவர் ஓரிடத்துப் பற்றுடையரும் அல்லர்; பழிக்கும் நாணாராதலான். அரசனோடொத்த மறைந்த குற்றமுடையாரைத் தேறலாம். அவர் தம் குற்றம் மறைக்கு மாறு போல அவர் குற்றமும் மறைப்பர் ஆதலான் என்பது “மகேச்சரர் மதம்“. அது குற்றமென்று கூறப்பட்டது.

‘காதன்மை கந்தா வறிவறியார்த் தேறுதல் பேதைமை யெல்லாந் தரும்’

உரை: அன்புடைமையே பற்றாக, அறிவுடையாரல்லதாரைத் தேறுதல், எல்லா அறியாமையும் தரும். அரசர் அன்புடையாரைத் தேறலாமென்பது “பராசரர் மதம்“. இஃது, இவ்வளவினால் தேறலாகாதென்றது.

‘தேரான் பிறனைத் தெளிந்தான் வழிமுறை தீரா விடும்பை தரும்’

உரை: பிறனை ஆராயாதே வழிமுறையென்று தெளிந்தவனுக்கு அத்தெளிவு, தீர்தலவில்லாத துன்பமுண்டாகும். வழிமுறை என்றது தன்வழியின் உள்ளார்க்கு அவன் வழியின் உள்ளார் அமாத்தியராய்ப் போந்த முறைமை. தன் குலத்திலுள்ளாருள் அமாத்தியராயினார் வழியில் உள்ளாரைத்தேறலா மென்பது “வியாதன் மதம்“. அது குற்றமென்று இது கூறப்பட்டது.

‘தேரான் தெளிவுந் தெளிந்தான் கணையுறவுந் தீரா விடும்பை தரும்’

உரை: ஒருவனை ஆராயாது தெளிதலும் தெளிந்தபின்பு ஜயமுதலும் தீர்தலில்லாத துன்பத்தைத் தரும். முன்பு ஒருவினை செய்து அறியாதாரைத் தேறலாம்; அவர்கள் வறியராதலான் என்பது “உத்தவாசாரியர் மதம்“. அது குற்றம் என்று இது கூறப்பட்டது.

‘பெருமைக்கு மேனைச் சிறுமைக்குத் தத்தங்கருமே கட்டளைக் கல்’

உரை: ஒருவனைப் பெரியனாக்குதற்கும் (மற்றைச்) சிறியனாக்குதற்கும் வேறு தேடவேண்டா; அவரவர் செய்யவல்ல கருமந்தானே படிக்கல்லாம் அதற்குத்தக ஒழுகுக. இஃது, ஒருவனை ஒருகாரியத்திலே முற்படவிட்டு, அவன் செய்ய வல்ல அளவுங் கண்டு, பின்னைப்பெரியனாக்க அமையுமென்பது “நாரதர் மதம்“. இது, குற்றங்கூறாமையால் யாவர்க்கும் உடன்பாடென்று கொள்ளப்படும்.

‘குடிப்பிறந்து குற்றத்தின் நீங்கி வடுப்பரியும் நானுடையான் கட்டே தெளிவு’

உரை: உயர்குடிப் பிறந்து, காமம் வெகுளி முதலான குற்றத்தினின்று நீங்கித் தனக்குவரும் பழியை அறுக்கவல்ல நாணமுடையவன் கண்ணே தெளிதல். இது “சுக்கிரர் மதம்“. இதுவும் உடன்பாடென்று கொள்ளப்படும்.

‘குணநாடிக் குற்றமு நாடி யவற்றுண் மிகைநாடி மிக்க கொளல்’

உரை: ஒருவனுக்குள் குணத்தையும் ஆராய்ந்து, குற்றத்தையும் ஆராய்ந்து அவற்றுள் மிகக்கதனை யறிந்து, அவற்றுள்ளும் தலைமையானும் பன்மையானும் மிகக்கதனை அறிந்து கொள்க. இது “கெளடிலியர் மதம்“. காரியம் பல காலின் அது செய்வாரும் பலர் வேண்டும். ஆதலால் அவர் எல்லாரையும் நற்குணத்தராகத் தேடுதலரிது என்பதனால் இது கூறப்பட்டது.

இவ்வாறாகப் பரிப்பெருமாள் திருக்குறள் தெரிந்து தெளிதல் அதிகாரத்தில் குறிப்பிடும் உரை கூறும் தூரோணாசாரியார் மதம், மகேச்சரர் மதம், பராசரர் மதம், வியாதன் மதம், உத்தவாசாரியர் மதம், நாரதர் மதம், சுக்கிரர் மதம், கெளடிலியர் மதம் போன்றவை குறித்து நாம் தேடித் தெளிவு பெறுதல் நலன் பயக்கும்.

உதவிய நால்:

திருக்குறள் மூலமும் பரிப்பெருமாள் உரையும், பதிப்பாசிரியர்:

வித்துவான். கா.ம.வேங்கடராமையா எம்.ஏ.அண்ணாமலைப் பல்கலைக்கழகம், 1988.



தேங்காய்ப் பால் தமிழ் நூலைக்கள்!!

தேங்காய்ப் பாலில் உடல் பலத்திற்கும் ஆரோக்கியத்திற்கும் தேவையான விட்டமின் சி, விட்டமின் இ, பி1, பி3, பி5, பி6, இரும்புச்சத்து, கால்சியம், செலீனியம், மக்னீசியம், பாஸ்பரஸ் போன்ற சத்துக்கள் உள்ளன.

தேங்காய்ப் பாலில் இருக்கும் பொட்டாசியம் உடம்பில் உள்ள இரத்தக் கொதிப்பின் அளவைக் குறைக்க உதவும். எனவே இரத்தக் கொதிப்பு உள்ளவர்கள் தேங்காய்ப் பால் எடுத்துக் கொள்ள அதனை விரைவில்

குறைக்கலாம்.

தேங்காய்ப் பாலில் வளமான அளவில் மாங்கனீஸ் நிறைந்துள்ளது. இது மாங்கனீஸ் குறைபாட்டால் உடலில் வரும் நீரிழிவு நோயைக் கட்டுப்படுத்த உதவுகிறது. தேங்காய்ப் பாலில் அதிகம் செம்புச் சத்து நிறைந்துள்ளது. உடலின் பெரும்பாலான செயல்பாட்டுக்குப் பயன்படும் செம்பு மற்றும் வைட்டமின் சி, சருமம் மற்றும் இரத்தக் குழாய்களை நெகிழ்வுத் தன்மையுடன் மீள் திறனுடன் வைத்திருக்கும். உடலில் உள்ள எலும்புகளை

உறுதியாக்குவதற்கு பாஸ்பரஸ் முக்கிய ஊட்டச்சத்தாக விளங்குகிறது. தேங்காய்ப் பாலில் பாஸ்பரஸ் நிறைந்துள்ளது.

இரும்புச்சத்துக் குறைபாடு உள்ளவர்கள் அன்றாடம் தேங்காய்ப் பால் எடுத்துக் கொண்டால், இரும்புச்சத்துக் குறைபாடு நீங்கும்.

ஒரு கப் தேங்காய்ப் பாலில், உடம்புக்கு அன்றாடம் தேவைப்படும் இரும்புச்சத்தில் 25 சதவீதம் கிடைத்து விடுகிறது. பாக்மையா, வைரஸ் மற்றும் பூஞ்சைத் தொற்றுக்கு எதிரான தன்மை கொண்ட தேங்காய்பால், வைரஸ் காய்ச்சல், பூஞ்சை மற்றும் பாக்மையா தொற்று போன்ற நோய் வராமல் தவிர்க்கும், இதில் உள்ள வைட்டமின் சி உடலின் நோய் எதிர்ப்புத் தன்மையை அதிகரிக்கும். தசைப் பிடிப்பு மற்றும் தசை வலி ஏற்படும்போது, உணவோடு சேர்த்துத் தேங்காய்ப் பாலைப் பருகினால் நல்ல பலன் கிடைக்கும். ஏனெனில் இதில் அதிக அளவு மக்னீசியம் இருப்பதால், தசை வலிகளுக்குச் சிறந்த நிவாரணியாக விளங்குகிறது.

உடல் எடையைக் குறைக்க முயற்சி செய்பவர்கள் தேங்காய்ப் பால் எடுத்துக் கொண்டால் நல்ல பலன் அடையலாம். ஏனெனில் தேங்காய்ப் பாலில் அடங்கியுள்ள அதிகப்படியான நார்ச்சத்து வெகு விரைவிலேயே பசியை அடங்கச் செய்யும். தேங்காய்ப் பாலில் செலினியம் அதிகம் உள்ளது. செலினியம் என்பது ஒரு முக்கியமான ஆக்சிஜனேற்றத் தடுப்பான். கீல்வாதம் இருப்பவர்கள், தேங்காய்ப் பால் அருந்தினால் நல்ல நிவாரணம் கிடைக்கும்.

நன்மைகள்:

❖ தேங்காய்ப் பாலில் உள்ள பாஸ்பரஸ், எலும்பை உறுதியாக்க வல்லது. கர்ப்பினி களுக்கு இது நல்லது.

❖ தேங்காய்ப் பால் நஞ்சு முறிவாகப் பயன் படுத்தப்படுகிறது. சேராங்கொட்டை நஞ்சு, பாதரச நஞ்சு போன்றவற்றுக்குத் தேங்காய்ப் பால் நஞ்சு முறிவு சிறந்தது.

❖ தேங்காய்ப் பாலில் உள்ள லாரிக் அமிலமானது எனிதாக உறிஞ்சப்படுவதுடன், உடலுக்குத் தேவையான ஆற்றலைத் தருகிறது. ஆண்மையை அதிகரிக்க உதவும்.

❖ தேங்காய்ப் பாலில் உடலுக்குத் தேவையான அமினோ அமிலங்கள் உள்ளதால், அதிக அமிலம் காரணமாக ஏற்படும் வயிற்றுப்

புன்களை ஆற்றுவதற்குத் தேங்காய்ப் பால் மிகவும் சிறந்தது. இது உடலின் வளர்ச்சிதை மாற்றத்துக்குப் பெரிதும் உதவுகிறது.

❖ தேங்காய்ப் பால் உட்கொள்வதால் இதயத்திற்குச் செல்லும் இரத்த ஓட்டத்தினைச் சீராக்கி மாரடைப்பு வருவதைக் குறைக்கிறது.

❖ மேலும், உடலில் உள்ள கொழுப்பினைக் குறைத்து, தசைகளை வலிமைப்படுத்துகிறது. இதில் உள்ள பொட்டாசியம் மற்றும் மக்னீசியமானது உடைந்த செல்களைச் சரி செய்கிறது.

❖ தேங்காய்ப் பால் உடலின் செரிமானமண்டலத்தைச் சீர்செய்து உடல் நலத்தினை மேம்படுத்துகிறது.

❖ தேங்காய்ப் பாலை விளக் கெண்ணெயில் கலந்து கொடுத்தால் வயிற்றில் உள்ள புழுக்களை நீக்கும்.

❖ மக்னீசியம் நிறைந்துள்ள தேங்காய்ப் பால் உடலின் இரத்த அமுதத்தைக் கட்டுக்குள் வைக்கும்.

❖ சரும எரிச்சல், சொரியாசிஸ், பாக்மையா தொற்று போன்ற பிரச்சனைகளுக்குத் தேங்காய்ப் பாலைப் பாதிக்கப்பட்ட இடங்களில் மருந்தாகத் தடவ நிவாரணம் கிடைக்கும்.

❖ வறண்ட, உடைந்த, நுனி பிளந்த முடிக்கு ஊட்டச்சத்துக் கிடைக்கத் தேங்காய்ப் பாலைத் தலைமுடியின் அடிமுதல் நுனி வரை தடவி, ஐந்து நிமிடங்களுக்குத் தலையில் மசாஜ் கொடுத்து 20 நிமிடங்கள் வைத்திருந்து அலசவும். நல்ல பலன் கிடைக்கும்.

❖ தேங்காய்ப் பால் ஒரு சிறந்த கண்டிஷனர். இதை ஷாம்புடன் சரிபாதி அளவு கலந்து குளித்தால் கூந்தலுக்கு நல்லது.

❖ வறண்ட சருமம் கொண்டவர்கள் தேங்காய்ப் பாலை உடலில் தடவி, 30 நிமிடங்கள் கழித்துக் குளிக்க, அதன் ஈரப்பதம் சருமத்தால் உறிஞ்சப்பட்டு, வறட்சி நீங்கிப் பளபளப்பாகும்.

❖ வயதாவதால் ஏற்படும் சரும சருக்கங்கள், சருமத்தொய்வு போன்றவற்றைத் தவிர்க்கச் செம்பு மற்றும் விட்டமின் சி அடங்கியுள்ள தேங்காய்ப் பாலை சருமத்தில் தொடர்ந்து பயன்படுத்தி வர இளமைப் பொலிவு கிடைக்கும்.

குழந்தைகளுக்குத் தேவையான எல்லாச் சத்துக்களும் தேங்காய்ப் பாலில் உள்ளன. தேங்காய்ப் பாலில் கசகசா, தேன் கலந்து சாப்பிட்டால் வறட்சி இருமல் மட்டுப்படும். தேங்காய்ப் பால், உடலில் உள்ள நோய் எதிர்ப்பு ஆற்றலை உறுதியாக வைத்திருப்பதால், அடிக்கடி ஏற்படும் சளி மற்றும் இருமலைக் குணப்படுத்த உதவுகிறது.

சூராக்கியமே நந்தம்



திவ்யபாரதி பழனிசாமி சேலம்

ஓ ரோக்கியமே ஆனந்தம் என்ற வாழ்வியல் மாற்றத்தின் மூலம் இயற்கையான முறையில் பல பொருட்களை வேதிப்பொருட்கள் இல்லாமல் தயாரித்து வருகிறார் மேலாண்மைக் கல்வி படித்துள்ள சேலத்தைச் சேர்ந்த திவ்யபாரதி பழனிசாமி. இவர் வேலைக்குச் செல்லும் போது மாதவிடாய் நேரத்தில் ஏற்பட்ட சிரமத்தினால் பெண்கள் பயன்படுத்தும் நாப்கின் பற்றி ஆராய்ச்சி செய்யத் தொடங்கி அதன் முடிவாகத் தயாரித்ததே

மூலிகை நாப்கின்.

2017 ஆம் ஆண்டு KPS திவ்யம் இயற்கையகம் (KPS Dhivyam Herbal Products) என்ற பெயரில் சிறு குறு தொழில் (MSME) பதிவு செய்து தனது தொழிலைத் தொடங்கினார், ஆராய்ச்சியின் முடிவு தன்னோடு மட்டும் முடிந்து விடக் கூடாது என இதுவரை மாதவிடாய் பற்றிய விழிப்புணர்வு நிகழ்ச்சிகள் நடத்தி 50,000 மாணவிகள் மற்றும் பெண்களுக்குக் கொண்டு சேர்த்துள்ளார்.

பெண்கள் மாதவிடாய்க் காலங்களில்



சேலத்தில் சிறுதானியம் மற்றும் பாரம்பரிய அரிசி ஆகியவற்றால் செய்யப்பட்ட தின்பண்டங்களைத் தொட்சிப்படுத்திய போது, தனது தந்தையுடன்



இளம் பெண் தொழில் முனைவோருக்கான அப்துல் கலாம் சாதனையாளர் விருது பெற்றபோது

பயன்படுத்தக் கூடிய மூலிகை நாப்கின், துணி நாப்கின், குழந்தைகள் துணி நாப்கின், மூலிகைத் தேநீர்ப் பொடி, சிறுதானியச் சத்துமாவு, மூலிகைக் குளியல் கட்டிகள் ஆகியவற்றைத் தயாரிக்கிறார். அதுமட்டுமின்றிக் குழந்தைகள் மற்றும் பெரியவர்கள் விரும்பும் வகையில் சிறுதானியத்திலும் பாரம்பரிய அரிசி

வகைகளிலும் வெல்லம் சேர்த்து இனிப்பு வகைகளைத் தயாரிக்கிறார். காராவகைகள், தினபண்டங்கள், மரச்செக்குக் கடலை எண்ணெய் ஆகியவற்றை வீட்டிலேயே பாரம்பரிய முறைப்படி தயாரித்து விற்கிறார். தன் பொருட்கள் குறித்து KPS Dhivyam Herbal products என்ற பெயரில் சமூக வலைத்தளப் பக்கங்களில் விளம்பரம் செய்வதாகத் தெரிவிக்கிறார்.

பொருட்களை ஒருமுறை வாங்கிப் பயன்படுத்தியவர்கள் கூறிய கருத்துக்களின் மூலம் மற்றவர்கள் அவற்றை வாங்கத் தன்னிடம் தேடி வருவதாகக் கூறுகிறார் திவ்யபாரதி.

வாய்ப்புக் கிடைக்கும் இடங்களில் இந்தப் பொருட்களைக் காட்சிப்படுத்துவதுடன் விற்பனையும் செய்கிறார். தமிழ்நாடு மற்றும் பிற மாநிலங்களுக்கும் கூரியர் மூலமும் அனுப்பி வருகிறார்.

வேதிப்பொருள் இல்லாமல் வீட்டிலேயே அன்றாடம் பயன்படுத்தக் கூடிய இருபதுக்கு மேற்பட்ட பொருட்களைத் தயாரிக்கப் பயிற்சியும் அளித்து வருகிறார். இத்துடன் கடந்த 5 ஆண்டுகளாகச் சமூகத்திற்காகத் தன்னார்வலராகச் செயல்படுகிறார். கன் தானம், இயற்கை வளத்தைக் காக்க மரம் நடுதல், தண்ணீர்க்



மேட்டோரில் மகளிர் சுய உதவிக் குழுவினருக்கு மூலிகை நாப்கின் பயிற்சி வழங்கிய போது



இயற்கை உணவுத் தயாரிப்புக்காக நம்மாழ்வார் விருது பெற்றபோது

சிக்கனம், இயற்கை உணவு முறையில் உடல்நலம் பேணுதல் ஆகியவற்றைப் பற்றி விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்துவது போன்ற சில சமூகப் பணிகளையும் செய்து வருகிறார். இதற்காகச் சமூக ஆர்வலர் விருது, இயற்கையின் உறவு விருது, சமூக சேவகி விருது, அன்னை தெரசா விருது, வாழும்



தருமபுரி மாவட்டம் பாலக்கோடு அரசு பள்ளியில் மாணவிகளுக்கான மாதவிடாய் பற்றிய விழிப்புணர்வு நிகழ்ச்சி நடத்தியபோது

வள்ளலார் விருது, பெண்களுக்கான சுயசக்தி விருது, அப்துல்கலாம் சாதனையாளர் விருது, கலாம் இலட்சிய விருது, சேலம் கிளீன் பிசினஸ் விருது, பக்கமை விருது, புதுத் தொழில் முனைவோர் விருது, பாரதி கண்ட புதுமைப்பெண் விருது, காமராசர் விருது, கல்பனா சாவ்லா விருது, சிங்கப்பெண்ணே விருது, நம்மாழ்வார் விருது ஆகியவற்றைப் பெற்றுள்ளார். இயற்கைத் திண்பண்டங்கள் தயாரிப்புக்குச் சிறந்த உணவு விருது பெற்றுள்ளதுடன், உலகச் சாதனையாளர் (இயற்கை குறித்த விழிப்புணர்வுக்காக) (திருக்குறள் போட்டிக் காக) பட்டியலிலும் இடம்பெற்றுள்ளார். நம் அடுத்த தலைமுறைக்குச் சொத்தாகத் தூய காற்றையும், குடிநீரையும் விட்டுச்செல்வோம் என்று அனைவரும் உறுதி எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும் என்கிறார்.

உழைப்பவரே உயர்வார்கள்

தன்னம்பிக்கைத் தொடர் 1



ராகுவல் கோல்டன்
உதவிப் பேராசிரியர்
வணிகவியல் துறை,
இலயோலா கல்லூரி சென்னை

அன்பு நன்பர்களே ! நாம் இன்று ஒரு ஒரு வேகமான உலகில் வாழ்ந்து கொண்டு இருக்கிறோம். இங்கு நாம் ஒன்றைச் சாதித்தால் அடுத்து இன்னொன்றைச் சாதிக்க வேண்டிய கட்டாயத்தில் வாழ்ந்து கொண்டு இருக்கிறோம். மேலும் மேலும் சாதிக்க வேண்டும், மீண்டும் மீண்டும் சாதிக்க வேண்டும் என்கிற வேட்கை நம்மிடம் மிகுதியாகக் காணப்படுகிறது. அதனால் நாம் சாதிக்க வேண்டும் என்று ஒடிக்கொண்டிருக்கின்றோம். இவ்வளவு நாள் சாதித்துவீட்டர்களே... இது போதாதா என்பார்கள் சிலர். அப்படிச் சொல்பவர்களுக்கு ஒரு கதை; இல்லை ஒரு சம்பவம் சொல்கிறேன். ஒருமுறை அமெரிக்காவின் மிகப்பெரிய பணக்காரரான ராக்பெல்லர் விமானத்தில் பயணித்துக்கொண்டிருந்தபோது அவரோடு பயணம் செய்த இன்னொரு பயணி அவரிடம், “ஜயா நீங்கள் இவ்வளவு சம்பாதித்துவீட்டர்களே. இனி நீங்கள் ஒய்வெடுத்தால் என்ன?” என்றார். அதற்கு அந்த அமெரிக்காவின் மிகப்பெரிய

பணக்காரரான ராக்பெல்லர் என்ன சொன்னார் தெரியுமா? “இவ்வளவு உயரம் இந்த விமானம் பறந்து விட்டது.

இனி இந்த விமானத்தின் இயந்திரத்தை நிறுத்தி விடலாமே” என்றார். அதற்கு அவர், “அது மிகத் தவறு. அப்படி நாம் செய்தால் நாம் நிலைகுலைந்து போய்விடுவோம்” என்றார். அப்போது ராக்பெல்லர் உடனே “அப்படித் தான் நானும் என முயற்சியை நிறுத்தி விட்டால் நிலைகுலைந்து போய்விடுவேன். அதனால் தான் நான் இன்னும் உழைத்துக்கொண்டிருக்கிறேன். என் உயிர் இருக்கும் வரை நான் உழைப்பேன் போராடுவேன். உழைப்பால் தான் எனக்கு இந்த உயர்வு” என்றார்.

இப்போது அந்த ஆள் உழைப்பின் பெருமையை உணர்ந்து கொண்டார். ஆம் நன்பர்களே! நாமும் உழைக்க வேண்டும் உயிர் போகும் வரை. உழைப்புக்கு இணை எதுவும் இல்லை. என்றும் உழைப்பவரே உயர்ந்தவர். இனி நாம் உழைப்போம் உயர்வோம்.



வண்ணக் கோலங்கள்



ந. கற்பகம்
பள்ளத்துர்
சிவகங்கை மாவட்டம்





பனை மரங்கள் விழிப்புணர்வு கருத்தரங்கு



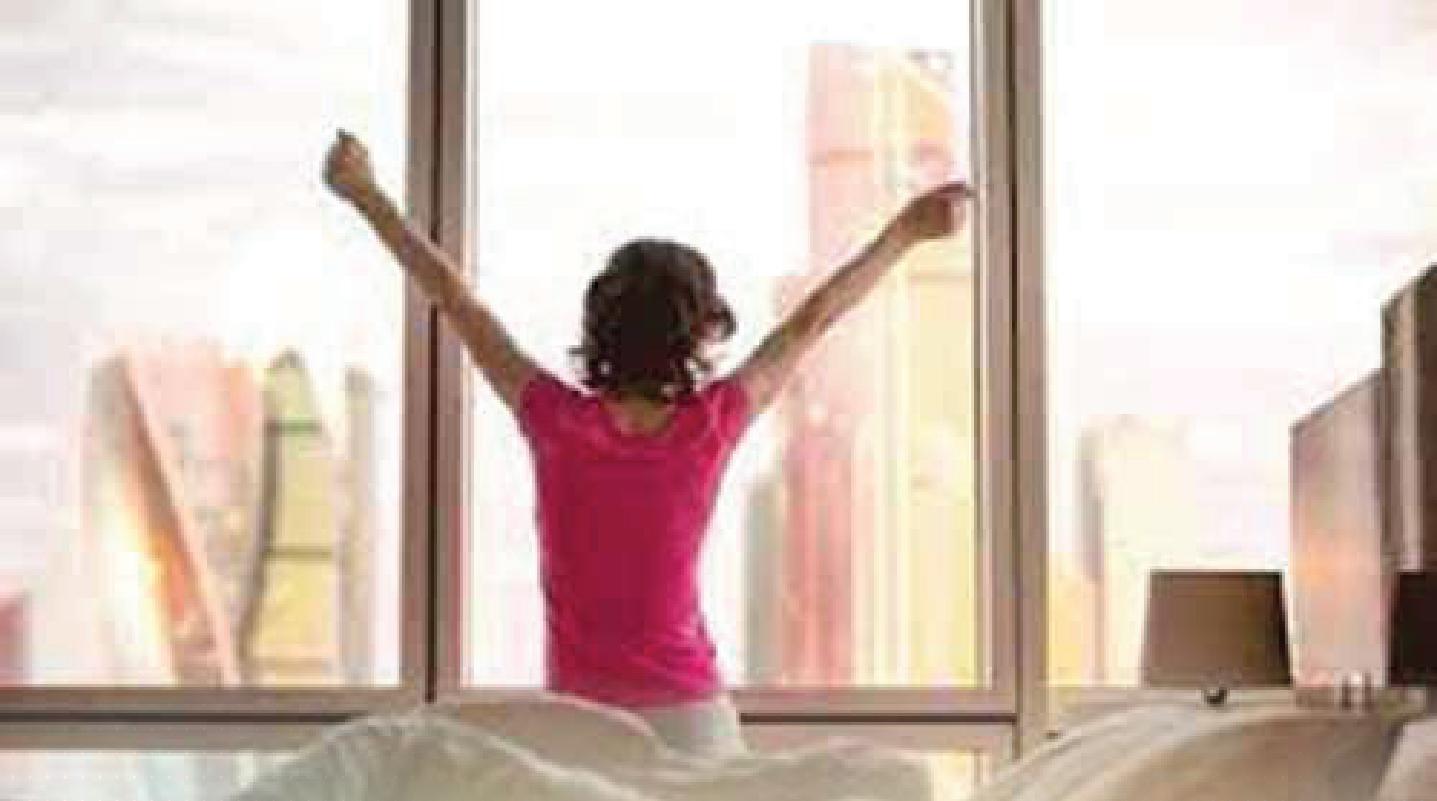
4 நித ஜான்ஸ் கலை மற்றும் அறிவியல் கல்லூரியில் 27.06.2023 அன்று பனை மரங்கள் பற்றிய விழிப்புணர்வு கருத்தரங்கு நடைபெற்றது.

இவ்விழாவில் கல்லூரி நிறுவனர் அருட்தந்தை ஜான் போஸ்கோ முன்னிலை வகித்தார். கல்லூரி முதல்வர் முனைவர் எட்வின் ஞானதாஸ் அவர்கள் வரவேற்று பேசினார். தவப்புதல்வி நீயே உன்னால் உனக்காக அறக்கட்டளையின் நிறுவனர் பேராசிரியர்

முனைவர் சுபத்ரா செல்லத்துரை பனைமரமும் தமிழர் வாழ்வியலும் குறித்து பேசினார். குழந்தை வளர்ச்சி திட்ட அலுவலர் ஜெயந்தி அவர்கள் இயற்கை உணவின் முக்கியத்துவம் குறித்து பேசினார், சிறப்பு விருந்தினராக கன்னியாகுமரி பாராளுமன்ற உறுப்பினர் ஹச்.வி.விஜய்வசந்த் கலந்து கொண்டு பனை மரங்களின் பயன்கள் குறித்து சிறப்புரையாற்றினார். மேலும் பனை விதை நடுதல் மற்றும் கருத்தரங்கம்

சிறப்பாக ஏற்பாடு செய்தமையை பாராட்டி அமைப்பாளர்களுக்கும், கல்லூரிக்கும் சான்றிதழ் வழங்கினார்.

நாட்டு நலப்பணித்திட்ட ஒருங்கிணைப்பாளர் முனைவர் ஜெய் அருள் ஜோஸ் அவர்கள், தொழில்முனைவோர் மேம்பாட்டு இயக்கத்தின் ஒருங்கிணைப்பாளர் முனைவர் டேவிட் அவர்களும் நிகழ்ச்சியின் ஏற்பாட்டினை சிறப்பாக செய்திருந்தார்கள்.



“அதிகாலையில் எழுந்தால்...!”

காலையில் எழுந்துகொள்ள அலாரம் வைத்துவிட்டு, அது அடிக்கும்போது நிறுத்தி விட்டு உறக்கத்தைத் தொடர்வதை நம்மில் பலரும் நாள்தோறும் செய்துதான் வருகிறோம்.

அதிகாலையில் எழுபவர்களின் மூளை மற்றவர்களின் மூளையை விட நன்கு செயல்படுவதாகத் தெரிய வந்துள்ளது..

உங்களின் காலைப் பழக்க வழக்கங்கள்தான் நீங்கள் நாள் முழுவதும் எப்படி இருக்கப் போகிறீர்கள் என்பதைத் தீர்மானிக்கின்றன.

அதிகாலை என்றதும் பலரும் காலை 7 மணியைத்தான் சொல்கிறார்கள் என்று நினைப்போம்.

ஆனால் அதிகாலை என்பது காலை 4.30 அல்லது 5 மணியாகும். இந்நேரத்தில் எழுவதால் உங்கள் மனம் மற்றும் உடல் இரண்டுமே மேம்படும்.

மேலும் அன்றைய நாளில் உங்களது இலக்கை அடையச் சிந்திப்பதற்குப் போதிய அளவு நேரம் கிடைக்கும்.

அதிகாலையில் எழுந்ததுமே இரண்டு

அல்லது மூன்று டம்ஸர் வெதுவெதுப்பான் நீர் பருகுங்கள்.

அதிகாலை நடைப்பயிற்சி, ஏதாவது விளையாட்டு, மெதுவான ஓட்டம் போன்ற செயல்களில் ஈடுபட வேண்டும்.

மேலும் அதிகாலையில் நல்ல தூய காற்றை மூச்சிமுக்கலாம். இப்படிச் செய்வதன் மூலம் உங்கள் உடலில் ஆற்றல் அதிகரித்து, வேலையில் உங்களின் உற்பத்தித் திறன் அதிகரிக்கும்.

எப்போதும் வேலை, வீடு என்று மட்டும் இருக்காமல், உலகில் என்ன நடக்கிறது என்பதையும் காலையில் தெரிந்து கொள்ளுங்கள்.

அதற்கு நாள்தோறும் செய்தித் தாள்களைப் படிக்கும் பழக்கத்தை ஏற்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். ஒரு அரை மணிநேரம் படிப்பதற்கு ஒதுக்குங்கள்..

உலகில் என்ன நடக்கிறது என்பதைத் தெரியாமல் வாழ்வது மிகவும் கடினம்... கொஞ்சம் தெரிந்து கொள்ளுங்கள்..

அதிகாலை கண் விழிப்பு உங்களுக்கான நாளை உங்களுக்கு உற்சாகமான நாளாக

மாற்றித் தரும். ஒவ்வொரு செயலையும் மிக நேர்த்தியாகச் செய்ய முடியும்.

உங்களின் அன்றாடப் பணிகள் எதுவானாலும் அதிகச் சிரமியின்றிச் செய்து முடிக்க முடியும்..

நம்மைச் சுற்றி உள்ளோரைப் பார்த்தோம் என்றால் மிகப் புகழ்பெற்ற அரசியல் தலைவர்கள், விளையாட்டு வீரர்கள், தொழில் அதிபர்கள் என்று அனைவருமே உலக அளவில் எடுத்துக் கொண்டோம் என்றால் காலையிலேயே எழும்பும் பழக்கத்தைக் கொண்டவர்களாகவே இருக்கின்றனர்.

இவர்கள் அனைவரிடத்திலும் ஓர் ஒற்றுமை உள்ளதைப் பார்க்க முடிகிறது. ஒரு வேளை இந்த நல்ல பழக்கமே அவர்களின் வெற்றிக்கு ஒருவகையில் காரணம் என்று கூட நம்மைச் சிந்திக்க வைக்கிறது.

இன்று இந்தியா முழுதும் தெரிந்த பெயராகிப் போன பி.வி.சிந்து, ஒவிம்பிக்கில் இறகுப்பந்து விளையாட்டில் வெள்ளிப் பதக்கம் வென்று அனைவர் மனத்திலும் இடம் பிடித்தவர்.

இந்த வெற்றியைப் பெற அவரின்

விளையாட்டு, பயிற்சி, விடாமுயற்சி பற்றிப் பல செய்திகள் வந்து இருந்தாலும், அவர் அதிகாலை எழும் பழக்கம் உடையவர் என்பது நம்மில் பலருக்குத் தெரியாது.

தினமும் அதிகாலை இறகுப்பந்து பயிற்சி மேற்கொண்டதால் தன்னால் இந்த இடத்தை அடைய முடிந்தது என்று ஒரு ஊடகப் பேட்டியில் அவரே சொல்லி உள்ளார்.

2005 முதல் 2010 வரை, சிந்து அதிகாலையில் எழுந்து தனது வீட்டில் இருந்து நாள்தோறும் 50 கிலோமீட்டர் தொலைவுக்குப் பயணித்துக் கோபிசந்தின் பயிற்சி அகாடமிக்குச் சென்று நான்கு மணி நேரம் பயிற்சி எடுப்பாராம்.

இதை அவர் தனது அன்றாடப் பணிகள் மற்றும் பள்ளி வேலைகளோடு செய்து வந்தார்.

இன்றும் கூடச் சிந்து அதிகாலை எழுந்து தயார் ஆகி 4.30 மணிக்குப் பயிற்சிக்குத் தயாராக இருப்பாராம். நல்ல உணவு பழக்கம் மற்றும் உடற்பயிற்சி நிச்சயம் நம் வாழ்வில் ஆரோக்கியம் தருவதோடு நல்வாழ்வுக்கும் வழிகாட்டும்.

முயன்று பாருங்கள்.

முனைவர். சுபத்ரா செல்லத்துறை

நீறுவன தலைவர்

தவப்புதல்வி - நீயே உன்னால் உளக்காக அறக்கட்டளை



செயல்பாடுகள் :

- ஆராய்ச்சி மற்றும் பதிப்பு
- திறன் மேம்பாடு மற்றும் பயிற்சி
- பெண் ஆரோக்கியம் மற்றும் விழிப்புணர்வு
- கல்வி மற்றும் குழந்தைகள் மேம்பாடு
- பெண்கள் தொழில்முனைவு பயிற்சி, திறன் மற்றும் ஆங்கமை வளர்ச்சி



Email : ofbyandforyou@gmail.com

Web : <https://www.capecorumyouthtrust.org>

Call / Whatsapp : +91-9585212775

இந்திய அறக்கட்டளை சட்டம் 1882-ன் கீழ் பதிவு செய்யப்பட்டது, அறக்கட்டளை பதிவு எண். 198/B4 - 2017, கன்னியாகுமரி மாவட்டம், தமிழ்நாடு இந்தியா

CSR பதிவு எண் CSR00036108

ஓப்புதல் எண் AADTB2122MF2022M

உடன், 80 G வருமான வரியின்கீழ் அறக்கட்டளை அங்கீகரிக்கப்பட்டுள்ளது.



ஏப்ரல் - ஜூன் 2023

தவபுதல்வி

இதழ்-2



OF BY AND FOR YOU PUBLICATIONS®
பதிப்பகம் பதிவு எண்: TN09D0018951
Under MSME , Govt of India

