



மலர் 8 • இதழ் 7 • நவம்பர் 2023 • ரூ.20/-

யாதும்

நமது கல்வி - நமது சூழல் - நமது பணி

**ஆரோக்கிய
தீபாவளி
கொண்டாடுவோம்!**

**கல்வி
ஆயுதத்தைக்
கைவிடாதீர்கள்!**

**25 வயதுக்குள்
கற்றுக்கொள்ளுங்கள்!**



மரம் வளர்ப்போம்
மழை பெறுவோம்



சமுதாய நலன் கருதி வெளியிடுவோம்



சக்தி மசாலா பிரைவேட் லிமிடெட்

6, மாமரத்துப்பாளையம், ஈரோடு - 638 004.

போன் : 0424 - 2533601.

E-mail : headoffice@sakthimasala.co.in
www.sakthimasala.com



- சக்தி மசாலா சமையல் பொடி வகைகள் • சக்தி உறுகாய் வகைகள் • சக்தி சன் பிளவர் ஆயில் • சக்தி பருப்பு வகைகள்
- சக்தி பஜ்ஜி போண்டா மாவு • சக்தி ராகி மாவு • சக்தி கடலை மாவு • சக்தி அப்பளம் • நெய்

ENGINEERING

ARCHITECTURE

DENTAL

RESEARCH

ARTS & SCIENCE

YOUR CAREER BEGINS WITH US



COURSES AVAILABLE

Aeronautical | Automobile | Bioinformatics | Biomedical | Biotechnology | Chemical | Civil | Computer Science and Engineering | Electrical and Electronics | Electronics and Communication | Electronics and Telecommunication | Electronics and Instrumentation | Information Technology | Mechanical | Mechanical and Production | Bachelor of Architecture (B.Arch.) | Bachelor of Dental Surgery (BDS)

100% PLACEMENT OPPORTUNITY

ADMIRABLE INFRASTRUCTURE

WORLD CLASS ACADEMIC AMBIENCE

EMINENT FACULTY



SATHYABAMA UNIVERSITY

(Established under section 3 of the UGC Act, 1956)
Declared as Category 'A' University by MHRD, Government of India

[facebook.com/SathyabamaUniversityOfficial](https://www.facebook.com/SathyabamaUniversityOfficial)



www.sathyabamauniversity.ac.in

Jeppiaar Nagar, Rajiv Gandhi Salai, Chennai - 600 119.

Phone : Administrative Office: 044-2450 3150 / 51 / 52 / 53 / 54 / 55 | Entrance Exam Office: 044-24502436 | Fax : 044 - 2450 2344



கல்வி ஆயுதத்தைக் கைவிடாதீர்கள்!

அனைவருக்கும் அன்பு வணக்கம்.

‘ஒருவர் வாழ்வில் முன்னேறுவதற்குக் கல்வி தேவையா, அவசியம் இல்லையா?’ சமீப காலங்களில் அடிக்கடி இந்தச் சர்ச்சைக்குரிய விவாதம் நடக்கிறது. குறிப்பாகச் சமூக வலைதளங்களில் இரண்டு தரப்பினரும் அணி பிரிந்து மோதிக்கொள்கிறார்கள். ‘பில் கேட்ஸ் படித்தாரா, ஸ்டீவ் ஜாப்ஸ் படித்தாரா, அவர்கள் எல்லாம் தொழில்நுட்பத்தில் சாதிக்கவில்லையா? உலகின் முதல் வரிசைப் பணக்காரர்கள் ஆகவில்லையா?’ என்று கல்வியை நிராகரிப்பவர்கள் வியாக்கியானம் செய்கிறார்கள்.

‘சச்சின் டெண்டுல்கர் படிக்கவில்லை, காமராஜர் படிக்கவில்லை’ என்று கூறுவதெல்லாம் உண்மைதான். ஆனால், அவர்கள் பள்ளியில் படிக்காவிட்டாலும் வெளியில் நிறைய படித்தார்கள். தங்கள் துறைசார்ந்த ஆழ்ந்த அறிவு அவர்களுக்கு இருந்தது. அதனால்தான் முன்னேறினார்கள். இப்படிச் சிலர் அடிப்படைப் பள்ளிக் கல்வியைக்கூட முடிக்காமல் சாதித்திருக்கலாம். அவர்கள் விதிவிலக்குகள். இந்த விதிவிலக்குகள் என்றும் விதிக்களாக மாற முடியாது. படிக்காமல் சாதித்த

சிலநூறு பேரை இப்படிப்பட்டியல் போட்டால், கல்வியால் மட்டுமே முன்னேறிய கோடிக்கணக்கானவர்களை என்னால் பட்டியல் போட முடியும்.

எங்கள் அகரம் விதைத் திட்டத்தின் மூலம் இதுவரை ஆறாயிரத்துக்கும் மேற்பட்ட மாணவ, மாணவிகளுக்கு உயர்கல்வி வாய்ப்பு கிடைக்கச் செய்திருக்கிறோம். அவர்களில் பெரும்பாலானவர்கள் கிராமப்புற அடித்தட்டுக் குடும்பங்களைச் சேர்ந்தவர்கள். முதல் தலைமுறையாக கல்லூரியின் வாசலை மிதித்தவர்கள். ஒருவர் படித்து முடித்து வேலைக்குப் போனதும், அந்தக் குடும்பமே முன்னுக்கு வருவதைக் கண்ணெதிரே பார்த்திருக்கிறேன்.

எங்கள் அகரம் மாணவர்கள் ஒன்றுகூடும் அத்தனை நிகழ்வுகளிலும் ஓர் உறுதிமொழியை அவர்கள் எடுத்துக்கொள்கின்றனர். ‘கல்வியே எங்கள் ஆயுதம். கல்வியே எங்கள் கேடயம். கல்வியே எங்களின் சமூகப் பாதுகாப்பு’ என்றே அந்த உறுதிமொழி ஆரம்பிக்கும். ‘நாங்கள் கற்றதையும் பெற்றதையும் எல்லோருக்கும் பகிர்ந்து தருவோம்’ என்று அகரம் மாணவர்கள் உறுதி ஏற்பார்கள்.



1989 2018 - 1989 2018 - 1989 2018

யாதும்

தமிழ் மாத இதழ்

மலர் 8 • இதழ் 7

நவம்பர் 2023

கௌரவ ஆசிரியர்

திரு.சூர்யா

பதிப்பாளர் - ஆசிரியர்

த.செ.ஞானவேல்

இதழாசிரியர்

வள்ளி

வடிவமைப்பு

கே.உதயா

புத்தக ஆக்கமும் வடிவமைப்பும்:

தரு மீடியா (பி) லிட.,

10/55, ராஜ் தெரு,

மேற்கு மாம்பலம்,

சென்னை - 600 033

தொலைபேசி : 9952920801

இந்தப் புத்தகத்தின் எந்த ஒரு

பகுதியையும் பதிப்பாளரின்

எழுத்துப்பூர்வமான முன் அனுமதி

பெறாமல் மறுபிரசுரம் செய்வதோ,

அச்சு மற்றும் மின்னணு

ஊடகங்களில் மறுபதிப்பு

செய்வதோ காப்புரிமைச் சட்டப்படி

தடை செய்யப்பட்டதாகும்.

Published by T.J.Gnanavel,

on behalf of

Tharu Media (P) Ltd.,

10/55,Raju Street,

West Mambalam,

Chennai - 600 033.

email:

contactyadhum@gmail.com

கல்வியால் மட்டுமே வாழ்க்கைத் தரத்தை உயர்த்திக்கொண்ட நூற்றுக்கணக்கான குடும்பங்களைக் கண்ணெதிரே பார்த்தவன் என்கிற முறையில், அடிப்படை பள்ளிக்கல்வியே அவசியமில்லை என்று பேசுகிற 2கே கிட்ஸின் பிரதிநிதிகளையும், அவர்களுக்கு ஆதரவாக வாதிடுகிறவர்களையும் பார்த்தால் அபாயகரமாகத் தெரிகிறார்கள்.

எல்லா வளங்களும் இருந்தும் ஆப்பிரிக்க நாடுகள் ஏன் பின்தங்கி இருக்கின்றன? வருடத்தில் பெரும்பாலான மாதங்கள் பனிபொழிந்து வாழ்வை முடக்கினாலும் ஐரோப்பிய நாடுகள் ஏன் வளமாக இருக்கின்றன? கல்வியும், அதனால் கிடைக்கும் அறிவியல் மற்றும் தொழில்நுட்ப முன்னேற்றங்களுமே காரணம். நான்கு தலைமுறைகளுக்கு முன்பே பொதுக்கல்வியைப் பரவலாக்கிய இந்தியாவின் தென் மாநிலங்கள் எந்த அளவுக்கு முன்னேற்றம் அடைந்திருக்கின்றன என்பதற்கு ஏராளமான புள்ளிவிவரங்கள் சாட்சி.

பொதுக்கல்வி மிக நீண்ட முயற்சிகளுக்குப் பிறகே நமக்குச் சாத்தியமானது. ஒவ்வொரு ஊராட்சியிலும் ஆரம்பப் பள்ளி, மேல்நிலைக் கல்வியைப் படிக்க ஐந்து கிலோமீட்டர் தாண்டிப் போக வேண்டியதில்லை என்று நாம் அடைந்திருக்கும் கல்விக்கட்டமைப்புகள் பெரியது. கர்மவீரர் காமராஜரில் ஆரம்பித்து பல தலைவர்களின் உழைப்பால் இது சாத்தியமானது. இன்று நம் தமிழ்ச் சமூகம் அடைந்திருக்கும் அத்தனை வளர்ச்சிகளுக்கும் ஆணிவேர் இதுதான். இதை நிராகரித்தால் நமக்கு மீட்சி இல்லை.

அடிப்படை பள்ளிக்கல்வியே குழந்தைகளைத் தீர்க்கமாகச் சிந்திக்க வைத்து, சுயமாக வாழக் கற்றுக் கொடுக்கிறது. சமூகத்தின் பல்வேறு தரப்பில் இருப்பவர்களின் குழந்தைகளும் ஒன்றுகூடும் இடம் பள்ளிதான். அங்கு நம் குழந்தைகள் புத்தகப் படிப்பை மட்டும் பெறவில்லை. அதையும் தாண்டி இந்தச் சமூகத்தைப் படிக்கிறார்கள். சமூகத்தில் நிலவும் மரபுகள், பலரும் செய்யும் தொழில்கள், பல்வேறு பழக்க வழக்கங்கள் என்று எல்லாவற்றையும் சக மாணவர்களுடன் பழகி அறிகிறார்கள். எது சரி, எது தவறு என்று புரிந்துகொள்கிறார்கள். எந்தப் பாகுபாடும் இல்லாமல் மற்றவர்களுடன் பழகக் கற்கிறார்கள். சமூகத்தில் அனைவருடனும் பழகக் கற்றுக்கொள்வதே மிகப் பெரிய திறமை. அது பள்ளியில்தான் கிடைக்கிறது.

ஒவ்வொருவருக்கும் சுதந்திரம் என்ற சிறகைத் தருவது கல்வி மட்டுமே! அதை அலட்சியம் செய்யும் மனப்போக்கு ஆபத்தானது.

அன்புடன்,

சூர்யா

நிறுவனர் - அகரம் பவுண்டேஷன்

ஆரோக்கிய தீபாவளி கொண்டாடுவோம்!



ஒளியைப் பரப்பி நம்பிக்கையை எங்கும் பரவச் செய்யும் பண்டிகை தீபாவளி. இந்த நாளில் எதையுமே எல்லையில்லாமல் அனுபவிக்க ஆசைப்படுவார்கள் பலர். நிறைய இனிப்பு, நிறைய பட்டாசு, நிறைய புத்தாடைகள்... இப்படி! மகிழ்ச்சியை வேண்டுமானால் எல்லையில்லாமல் அனுபவிக்கலாம். ஆனால், மற்ற விஷயங்களில் கட்டுப்பாடு வேண்டும். அப்படி ஆரோக்கியமாகத் தீபாவளி கொண்டாட...

◆ சர்க்கரை நோயாளிகள் இனிப்பு விஷயத்தில் கவனமாக இருக்க வேண்டும். வீடு முழுக்க இனிப்பு இருக்கும்போது பண்டிகை உற்சாகத்தில் நிறைய சாப்பிட்டால் அவதிப்பட நேரிடும்.

◆ செயற்கை வேதிப்பொருட்கள் அதிகம் சேர்த்த இனிப்புகள் வேண்டாம். அவை புற்றுநோய், ஆஸ்துமா போன்றவற்றைத் தூண்டிவிடக்கூடும். சிறுநீரகத்துக்கும் கல்லீரலுக்கும் பாதிப்பு ஏற்படுத்தும்.

◆ செயற்கை நிறமிகள் சேர்த்த இனிப்புகளையும் தவிர்க்க வேண்டும். அதேபோல சில்வர் ஃபாயில் பேப்பரில் சுற்றப்பட்ட இனிப்புகளை நம்பகமான இடங்களில் மட்டுமே வாங்கவும். சில இடங்களில் இதில் அலுமினியம் கலக்கிறார்கள். அது உடல் திசுக்களுக்கும் மூளைக்கும் ஆபத்தை ஏற்படுத்தும்.

◆ வீட்டில் செய்யும் இனிப்புகளிலும் கவனம் அவசியம். மைதா மாவு, கோதுமை மாவு, அரிசி மாவு என்று வெறும் கார்போஹைட்ரேட் சேர்க்காமல், சிறுதானியங்களின் மாவு சேர்ப்பது நல்லது. ஆரோக்கியமான எண்ணெயில் செய்ய வேண்டும். கெமிக்கல் சேர்த்து வெளுத்து சுத்திகரிக்கப்பட்ட சர்க்கரைக்குப் பதிலாக நாட்டுச் சர்க்கரை, கருப்பட்டி, வெல்லம் சேர்த்துச் செய்வது ஆரோக்கியம்.

◆ கடலைமாவுலட்டு எல்லோருக்கும் பிடிக்கும் தான். ஆனால் எள், வேர்க்கடலை, பொட்டுக்கடலை

போன்றவற்றில் வெல்லமோ, நாட்டுச் சர்க்கரையோ சேர்த்து லட்டு செய்வது உடலுக்கு ஆரோக்கியம். அதேபோல ஆளி விதை, பாதாம் பருப்பு, வால்நட், உலர் திராட்சை போன்றவற்றில் இனிப்புகள் செய்வதும் நல்லது.

◆ இனிப்புகள் போலவே கார பட்சணங்களிலும் கவனம் தேவை. அரிசி மாவு, கடலை மாவு, மிளகாய் தூள் ஆகியவற்றை மட்டுமே சேர்க்காமல், மிளகு, ஓமம், லவங்கப்பட்டை என்று நறுமணப் பொருட்களை நிறைய பயன்படுத்தவும். அதிக எண்ணெய் சேர்த்த வடை, பணியாரம் போன்றவற்றை அளவாகச் சாப்பிடவும்.

◆ இனிப்புகள், பட்சணங்கள் அதிகம் சாப்பிடும் தீபாவளி நாட்களில் மற்ற உணவுகளைக் குறைத்துக்கொள்வது நல்லது. அதற்குப் பதிலாக பழங்கள், காய்கறி சாலட் என்று சாப்பிடலாம்.

◆ குழந்தைகள், ஆஸ்துமா நோயாளிகள், சுவாசப்பிரச்சனை உள்ளவர்கள் அருகில் இருந்தால், பட்டாசு குறைவாக வெடிக்கவும். அதிக சத்தம் எழுப்பும், நிறைய புகை பரப்பும் பட்டாசுகள் வேண்டாம்.

◆ தீபாவளி என்றாலே மதுபானங்களுடன் கொண்டாட வேண்டும் என்று சிலர் எல்லை மீறுவதுண்டு. பண்டிகைகளை நாமும் மகிழ்ந்து, மற்றவர்களையும் மகிழவைத்துக் கொண்டாட வேண்டும். நம் மகிழ்ச்சிக்காக மற்றவர்களை வேதனையில் ஆழ்த்தும் மதுக் கொண்டாட்டங்கள் வேண்டாம்.

◆ தீபாவளியை அதிக செலவு செய்து கொண்டாடிவிட்டு, அதன்பிறகு கடனிலும் பண நெருக்கடியிலும் அவதிப்பட வேண்டாம். வரவுக்கு ஏற்ற செலவு போதும்.

நம்பிக்கை மனிதராக இருங்கள்!

தன்னம்பிக்கையுடன் செயல்பட்டு
வெற்றிகளை அடைய விரும்பும்
எவரும் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய
பழக்கங்கள் என்னென்ன?

S U C C E S S

- எவரிடமும் உங்களை நிரூபிப்பதற்காக எதையும் செய்ய வேண்டாம். தேவையற்ற சண்டைகளும் போடத் தேவையில்லை.
- எதிலும் முடிவெடுக்கத் தெரியாமல் குழம்பி யார் யாரிடமோ ஆலோசனை கேட்க வேண்டாம்.
- உங்கள் சொல்லும் செயலும் ஒரே மாதிரி இருக்க வேண்டும். சொல்லும் எதையும் குறித்த காலத்துக்குள் செய்துவிட வேண்டும்.
- இது நமக்கு எந்தப் பலனும் தராது, நம் முன்னேற்றத்துக்கு உதவாது என்று நினைக்கும் எதையும் செய்யாமல் தவிர்க்க வேண்டும்.
- நீங்கள் எப்படிப்பட்டவர் என்பது உங்களுக்கு நன்றாகத் தெரியும். அடுத்தவர்களின் மோசமான விமர்சனங்களோ, கடுமையான வார்த்தைகளோ உங்களைப் பாதிக்கக்கூடாது.
- உங்கள் தவறுகளையும் பின்னடைவுகளையும் பார்த்து சிரிக்கக் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். ஏனெனில், அவற்றை எப்படிச் சரிசெய்வது என்று உங்களுக்குத் தெரியும்.
- 'நான் இப்படி இல்லையே', 'எனக்கு இது தெரியவில்லையே' என உங்கள் பலவீனங்களை நினைத்து வருந்தக்கூடாது. உங்கள் பலங்களை வைத்துச் சரியான முடிவுகள் எடுத்து ஜெயிக்க உங்களால் முடியும்.
- அறிமுகம் இல்லாதவர்களிடம்கூட எளிதாகப் பழகத் தெரிந்திருக்க வேண்டும். அமைதியாக, உறுதியாக, தெளிவாக, எவரிடமும் கண்களை நேருக்கு நேர் பார்த்து உரையாட உங்களால் முடிந்தால் எதையும் சாதிக்கலாம்.
- உங்கள் திறமைக்கு நீங்கள் அடைய வேண்டிய உயரம் எது என அறிவீர்கள். அதைவிடத் தகுதிக்குறைவான எந்தச் சாதனையிலும் நிறைவடைந்து விடாதீர்கள்.
- அடுத்தவர்களின் பாராட்டுகள்தான் உங்களின் தன்னம்பிக்கையை அதிகரிக்கும் என்று எதிர்பார்க்க வேண்டாம். உங்கள் சின்னச்சின்ன வெற்றிகளை நீங்களே பாராட்டிக்கொள்ளுங்கள்.
- எவரையும் எதற்காகவும் கிண்டல் செய்ய வேண்டாம். பாதுகாப்பின்மையின் வெளிப்பாடு அது. அதேபோல, உங்களை உயர்த்திக் காட்டிக்கொள்வதற்காக யாரையும் மதிப்புக் குறைவாக நடத்த வேண்டாம்.
- எவ்வளவு நெருக்கடியான சூழல்களிலும் கோபம், எரிச்சல் போன்ற எதிர்மறை உணர்வுகளை வெளிப்படுத்த வேண்டாம். உணர்வுகளைக் கட்டுக்குள் வையுங்கள்.
- எல்லா விஷயங்களிலும் கருத்து சொல்லியே ஆக வேண்டும் என்று பேசிக்கொண்டே இருக்க வேண்டாம். சில சூழல்களில் மௌனமே சிறந்த பதிலாக இருக்கும்.
- நெருக்கடிகள், பிரச்சனைகளை எதிர்கொள்ளும்போது பின்வாங்க வேண்டாம். துணிந்து களத்தில் நின்று அவற்றை எதிர்கொள்ளுங்கள். தோல்விகளுக்குப் பொறுப்பேற்று, அவற்றை வெற்றிகளாக மாற்றுங்கள்.
- எப்போதும் உங்கள் வாழ்க்கையில் மட்டுமே கவனம் வையுங்கள். அடுத்தவர்களுடன் ஒப்பிட்டுப் பார்ப்பது வீண் செயல்.
- 'நான் எவ்வளவு பெரிய ஆள் தெரியுமா' என்று எப்படிப்பட்ட வெற்றிகளிலும் ஆர்ப்பாட்டம் வேண்டாம். பணிவே உங்களின் அடையாளமாக இருக்கட்டும்.
- செய்யும் செயல்களின் விளைவுகள் எப்படிப்பட்டதாக இருந்தாலும், எல்லா நேரங்களிலும் நேர்மையாகவும் உண்மையாகவும் இருங்கள். ●

உங்கள் நேரம் தங்கமான நேரம்!



நீங்கள் வெற்றிப் படிக்கட்டில் ஏற, பலவிதமான மலைகள், கடும்பனிக்காடுகள், அலைகள் நிறைந்த கடல் ஆகியவற்றைத் தாண்டும் அளவுக்குத் துணிவு மிக்கவராக இருக்க வேண்டும். இந்தக் கடும் பயணத்தில் வெற்றி வாகை சூட நீங்கள் உங்களை மனதளவிலும், உடலளவிலும் தயாராக்க வேண்டியது முக்கியம். வேலைக்குச் சேர்ந்த நிறுவனத்தில் உங்களது நடத்தையே உங்களைப் பற்றிய பிம்பத்தை உருவாக்கும். இதில் மிக முக்கியமான ஒன்று, நேரத்தை நீங்கள் எப்படி மதித்துப் பயன்படுத்துகிறீர்கள் என்பது. நேர மேலாண்மை என்பது ஒருவரின் முன்னேற்றத்தை வரையறுக்கும் முக்கிய ஒழுங்காகக் கருதப்படுகிறது. வேலையில் அடுத்த கட்டத்துக்கு உயர் நேர மேலாண்மையை எவ்விதம் பயன்படுத்தலாம் என்பது பற்றி விளக்கம் அளிக்கிறார் ரீச் அகாடமியின் நிறுவனர் மற்றும் இயக்குநர், கல்வியாளர் நஞ்சுண்டேஸ்வரன்.

ஒரு நிறுவனத்தில் நேர மேலாண்மையை முறையாகப் பின்பற்றாவிட்டால், அது நிறுவனத்துக்குப் பெரும் நஷ்டத்தை ஏற்படுத்தும். நிறுவனத்தில் பணியாற்றும் ஒவ்வொருவரும் நேரத்துக்காகப் பொறுப்பேற்க வேண்டும். எந்த இடத்துக்கும் தாமதமாகச் செல்வது, வேலைகளைத் தள்ளிப் போடுவது என்று பலர் சாதாரணமாகச் செய்துவிடுகின்றனர். இவர்கள் எந்த வளர்ச்சியையும் எட்ட முடியாது. நேரத்தைப் பின்பற்றச் சில விதிகளை உங்களுக்கு உருவாக்குங்கள்.



1. உங்களில் இருந்து தொடங்குங்கள்:

இதுவரை நேர மேலாண்மையில் நீங்கள் யார் என்பதைப் புரிந்துகொள்ளுங்கள். இதில் நீங்கள் கடைப்பிடித்து வரும் விதிகள் என்ன, 24 மணி நேரத்தை நீங்கள் எதற்கெல்லாம் செலவு செய்கிறீர்கள் என்று பட்டியலிடுங்கள். இதில் எங்கெல்லாம் நேரம் வீணாகிறது என்பதைக் கண்டறியலாம். அதேபோல எந்த இடத்துக்கும் நீங்கள் குறித்த நேரத்துக்குச் செல்வதை வழக்கமாகக் கொண்டவரா அல்லது எவ்வளவு நேரம் தாமதமாகச் செல்கிறீர்கள் என்பதையும் குறிப்பெடுத்துக் கொள்ளுங்கள். உங்களிடம் மாற்ற வேண்டியவை என்ன என்பதை இந்தப் பட்டியல் உங்களுக்கு உணர்த்திவிடும்.

2. இலக்கை உருவாக்குங்கள்:

நீங்கள் எந்த நேரத்தில் என்னென்ன வேலைகளைச் செய்ய வேண்டும் என்பதை உங்களது இலக்கு தீர்மானிக்கிறது. தனிப்பட்ட வாழ்க்கையில் நீங்கள் அடைய வேண்டியவற்றுக்கான இலக்கு, வேலை அல்லது தொழிலில் உங்களது இலக்கு ஆகியவற்றை முடிவு செய்யுங்கள். இதில் ஏதேனும் குழப்பம் இருப்பின், சுயமேம்பாட்டுப் பயிற்சிகளில் கலந்துகொண்டு உங்களுக்கான இலக்கைச் செதுக்கலாம்.



ரீச் அகாடமியின் நிறுவனர் மற்றும் இயக்குநர், கல்வியாளர்

எஸ்.நஞ்சுண்டேஸ்வரன்

3. வேலைகளைத் திட்டமிடுங்கள்:

குறிப்பிட்ட இலக்கை அடைய நீங்கள் செய்ய வேண்டிய வேலைகளைத் திட்டமிட வேண்டும். இதுவரை நேரத்தை வீணடித்த வேலைகளை ஒதுக்கிவிடுங்கள். வீட்டில் உள்ள வேலைகள், அலுவலகத்தில் உள்ள வேலைகள் எனப் பட்டியல் இடுங்கள். எந்தெந்த வேலைகளை முதலில் முடிக்க வேண்டும், எவற்றை அடுத்த நாளுக்குத் தள்ளிப்போடலாம், வீட்டிலும் அலுவலகத்திலும் உள்ள பணிகளை முடிக்க எவ்வளவு நேரம் செலவாகும் என்பதையெல்லாம் தீர்மானியுங்கள். இவற்றைத் திட்டமிட்டால்தான் தாமதமின்றி அலுவலகம் செல்ல முடியும். முடிந்தளவுக்கு அலுவலக நேரத்துக்கு 10 நிமிடம் முன்னதாக அங்கு இருக்கும்படி திட்டமிட்டால் தவிர்க்க முடியாத காரணங்களால் ஏற்படும் தாமதத்தையும் தடுக்க முடியும்.

4. அலாரம் கைகொடுக்கும்:

காலையில் எழுவதில் தொடங்கி முக்கிய வேலைகளை மறக்காமல் முடிக்க முன்கூட்டியே திட்டமிட்டு அலாரம் வைக்கலாம். இது வேலைகளை மறக்காமல் இருக்கவும், குறித்த நேரத்தில் வேலைகளை முடிக்கவும் உதவும். குறித்த நேரத்தில் எந்த இடத்துக்கும் நீங்கள் செல்ல முடியும். தாமதம், மறதி போன்ற நெகட்டிவான விஷயங்களுக்கு உங்களது வாழ்க்கையில் இடமிருக்காது.

5 வார முடிவில் ஆய்வு செய்யுங்கள்:

நீங்கள் எந்தளவுக்கு நேரத்தைப் பின்பற்றினீர்கள் என்பதை ஒவ்வொரு வார முடிவிலும் ஆய்வு செய்யலாம். சில நேரங்களில் தவிர்க்க முடியாத பிரச்சனைகளால் தாமதம் ஏற்பட்டிருக்கலாம். சில இடங்களில் காத்திருப்பதால் உங்களது நேரம் வீணாகியிருக்கலாம். நேரம் எப்படி வீணானது என்பதை அறிந்து, அடுத்த வாரத்தில் சரி செய்துகொள்ளலாம். கவனச்சிதறலையும் தவிர்க்கலாம்.

6. திட்டமிடல் அவசியம்:

அடுத்த நாள், அடுத்த வாரம், அடுத்த மாதம் என நீங்கள் செய்து முடிக்க வேண்டிய வேலைகளை முன்கூட்டியே திட்டமிட வேண்டும். அலுவலகத்தில் குறிப்பிட்ட காலத்துக்குள் வேலைகளைத் திட்டமிட்டு முடிப்பதும் உங்கள் மீதான நம்பகத்தன்மையை



அதிகரிக்கச் செய்யும். அவசர வேலைகளை முதலில் முடித்துவிட வேண்டும். மற்ற வேலைகளை இரண்டாம் நிலையில் வைத்துக்கொள்ளலாம். ஒரு வேலையைத் தொடங்கும் முன்னர் அதை எவ்வளவு நேரத்தில் முடிக்க வேண்டும் என்பதையும் திட்டமிட்டு, அதேபோல முடிக்க வேண்டும்.

7. சோம்பலுக்கு முற்றுப்புள்ளி:

திட்டமிட்ட வேலைகளை முடிக்க முடியாமல் பலவிதமான தடைகள் ஏற்படலாம். வெளியில் இருந்து புதிய வேலைகள் வரலாம். வெளியூர் செல்ல நேரிடலாம். சில வேலைகளைத் தொடங்கும்போதே, 'இது பிடிக்காத வேலை, இதை எப்படி முடிக்கப் போகிறேன்' என்று மனசுக்குள் தோன்றினால், அந்த வேலையை முடிப்பது மலையைச் சுமப்பது போலத் தோன்றும். பிடித்தாலும், பிடிக்காவிட்டாலும், உங்கள் வேலைகளை நீங்கள்தான் முடித்தாக வேண்டும் என்று மனதுக்குச் சொல்ல வேண்டும். சோர்வின்றி வேலைகளைச் செய்வதற்கான சூழல் மற்றும் சத்தான உணவுமுறையைப் பின்பற்ற வேண்டும்.

8. வேகம் விவேகம்:

ஒரு வேலை கொடுக்கப்படும்போது, சிலர் நல்ல பெயர் வாங்க வேண்டும் என்பதற்காக அவசரமாக அதை முடித்துவிடுவார்கள். நிறுவனம் எதிர்பார்த்த தரத்தில் அந்த வேலை இருக்காது. சிலர் நேரத்தியாகச் செய்கிறேன் பேர்வழி என்று இஷ்டத்துக்கு வேலைகளைத் தள்ளிப்போட்டு மெதுவாகச் செய்வார்கள். ஒரு வேலையைச் செய்து கொண்டிருக்கும்போது வேறு வேலையில் ஈடுபட்டால் கவனம் சிதறும். எடுத்த வேலையில் மட்டும் கவனம் செலுத்தி, அதை வெற்றிகரமாக முடிக்க டீப் டொவர்க் முறையைப் பின்பற்றுவது உங்களது திறனை மேம்படுத்த உதவும். உங்களை நம்பி எந்த வேலையையும் ஒப்படைக்கலாம் என்ற நம்பகத்தன்மையை ஏற்படுத்தும். இவர்களைப் போன்ற பணியாளர்கள் மற்றவர்களுக்கு உதாரணமாக மாறுவதுடன், நிறுவன மேம்பாட்டுக்கும் காரணமாக உள்ளனர். அதன் வழியே தாங்களும் உயர்வு பெறுகின்றனர்.

- யாழ் ஸ்ரீதேவி



நட்பில் வேண்டாம் கசபியு!

பவித்ரா மேலிருந்து கீழே பார்த்தாள். கீழே பேஸ்கட் பால் மைதானம் இருந்தது. பிஸிக்ஸ் டீச்சர் வகுப்பில் சொன்னது நினைவுக்கு வந்தது.

“நம்ம பேஸ்கட் பால் கிரவுண்ட் எங்க இருக்கு? நம்ம ஸ்கூல் இருக்கிற அளவைவிட அது கீழே இருக்கு. கீழே போக அதுக்கு ஒரு படிக்கட்டு இருக்கு. ஆனா நம்ம ஸ்டூடன்ட்ஸ் யாராவது அந்தப் படிக்கட்டுல இறங்கி கிரவுண்டுக்குப் போறாங்களா?”

“இல்ல மிஸ், யாருமே படிக்கட்டுல இறங்கிறதில்ல. அது பக்கத்துல சாய்மானமா வழி இருக்குமே, அதுல சறுக்கியபடி சரசரன்னு இறங்குவாங்க.” பவித்ரா சொன்னாள்.

“சரி, ஆக்கவலா அப்படி சறுக்கும்போது என்ன நடக்குது?” பிஸிக்ஸ் மிஸ் கேட்டார்.

“மிஸ். மேலே இருந்து நம்ம உடம்போட Massஐ பூமி கீழே இழுக்குது. அப்படி இழுக்கும்போது நாம கீழ் விழறதைத்தான் சறுக்கு நிலப்பகுதியில் ஓடிப்போய் செய்றோம்.” இதையும் பவித்ராவே சொன்னாள்.

“எக்செலன்ட் பவித்ரா. இப்ப நீ மேலே இருந்து சறுக்கிட்டுக் கீழ் ஓடிப் போற இல்லயா? சட்டுன்னு உன் கால் இரண்டையும் சறுக்காம பிரேக் போட்டுட்டா என்ன நடக்கும்?”

“அப்படி காலை மட்டும் நிறுத்திட்டா முன்னாடி விழுந்திருவேன் மிஸ்.”

“சரி, ஒருவேளை காலை ஓடவிட்டு, மேலே உள்ள உடம்பை மட்டும் பிரேக் போட்டு நிறுத்தினா என்னவாகும்?”

“பின்னாடி சாய்ஞ்சு கீழ் விழுந்திருவோம் மிஸ்!”

“ஏன்?”

“தெரியல மிஸ்!”

“அங்கதான் நீங்க எல்லோரும் Inertia பத்தி தெரிஞ்சிக்கனும். நீங்க ஒரு சாய்வான தளத்துல ஓடி இறங்கும்போது உங்க மேல் உடம்பும், கால்களும் சேர்ந்துதான் ஓடுது. திடீர்னு கால்களுக்கு பிரேக் கொடுத்தீங்களன்னா, வேகமா போகும் மேல் உடம்பால அப்படி சட்டுன்னு நிக்க முடியாது. கால் தரையில் நிலையா இருக்கும்போது மேல் உடம்பு மட்டும் வேகமா நகர்ந்தா என்ன நடக்கும்? நாம முன்னால போய் விழுவோம். இது Inertia. அதாவது, The inability of body to continue in state of rest or uniform motion தான் Inertia. புரியுதா?”

“புரியுது” என்றார்கள் மாணவர்கள்.

“இன்னும் நீங்க Inertiaவை நல்லா புரிஞ்சிக்கனும்னா நேரே பேஸ்கட் பால் கிரவுண்டுக்கு போற சறுக்குல நின்று மேலே இருந்து கீழ் வரைக்கும் சறுக்கி ஓடிப்பாருங்க, புரியும். என்னைக்குமே பிஸிக்ஸை ஃபீல் பண்ணி படிக்கனும்.”

பிஸிக்ஸ் மிஸ் சொன்னதையொட்டி பவித்ரா சறுக்கு நிலப்பகுதியில் நின்றாள். மேலிருந்து சறுக்கி ஓடினாள். ஓடும்போதே Inertiaவை உணர முயன்றாள். சரியான ஃபீல் கிடைக்கவில்லை. படிக்கட்டு வழியே மேலே ஏறி, மறுபடி சறுக்கினாள். இப்படி மூன்று முறை செய்து பார்த்தாள்.

நான்காம் முறை மேலிருந்து சறுக்கிப் போகும்போது சட்டென்று காலை மட்டும் பிரேக் போட்டுப் பார்த்தாள். மேல் உடம்பு பவித்ராவை முன்னே இழுத்தது. கீழே போய் விழுந்தாள். இதை எதிர்பார்த்ததால், சமாளித்து விழுந்தாள். அவளுக்குப் பெரிதாக வலிக்கவில்லை. Inertiaவை உணர்வுப்பூர்வமாகக் கற்றுக்கொண்டதை நினைத்து மகிழ்ச்சியானாள்.

அப்போது மேலிருந்து, “பவித்ரா, என்ன பண்ணற?” என்றொரு குரல் கேட்டது. மேலே பார்த்தாள். அது பூர்ணிமா. என்ன பதில் சொல்வது என்று பவித்ராவுக்குத் தெரியவில்லை.

கடந்த மூன்று நாட்களாக பூர்ணிமாவிடம் பேசுவதை பவித்ரா தவிர்த்து வருகிறாள். காரணம் இதுதான். மூன்று நாட்களுக்கு முன் நடந்த கணிதத் தேர்வுக்கு பூர்ணிமாவும் பவித்ராவும் ஃபார்முலாக்களைப் படித்துக் கொண்டிருந்தார்கள்.

“இந்த ஃபார்முலாக்களை எல்லாம் ஒரு டம்ளர்ல போட்டுத் தண்ணில கரைச்சி குடிச்சிடணும்” என்றாள் பவித்ரா வேடிக்கையாக.

“இல்ல பவித்ரா, அதை ஒரு மாத்திரையா செய்து டப்பன்னு முழுங்கிடணும்” என்றாள் பூர்ணிமா.

இப்படி ஜாலியாகப் பேசிச் சிரித்துக் கொண்டிருக்கும்போது, “ஆனா எனக்கு நீ எப்பவும் கணக்குல நூத்துக்கு நூறு எடுக்கிறது செம கடுப்பு தெரியுமா? ஒருநாள் நீ மேதீஸ்ல ஃபெயிலானா உன் ரீயாகஷன் எப்படி இருக்கும்னு பார்க்க ஆசையா இருக்கு” என்று பூர்ணிமா சிரித்தாள்.

ஆனால் பவித்ரா சிரிக்கவில்லை. தான்

கணிதத்தில் நல்ல மார்க்வாங்குவதில் பூர்ணிமாவுக்கு இவ்வளவு வெறுப்பும் வன்மமும் இருக்கிறதா என்று கோபமாகி அந்த இடத்தை விட்டு நகர்ந்தாள்.

“ஹேய் பவி... நான் சும்மா விளையாட்டுக்குச் சொன்னேன். சாரி... சாரி... என்னை மன்னிச்சுடு. சத்தியமா நான் சீரியசா சொல்ல. ஜாலியா பேசும்போது அது வந்துடுச்சு. மனசுல வச்சிக்காத” என்று பூர்ணிமா சொல்லச் சொல்ல கேட்காமல் பவித்ரா போய்விட்டாள். அதிலிருந்து மூன்று நாட்களாக பூர்ணிமாவைத் தவிர்த்து வந்தாள். பூர்ணிமா எவ்வளவோ கெஞ்சியும், பவித்ரா கண்டுகொள்ளவில்லை.

இப்போதுதான் பவித்ராவுக்கு மனதில் ஒரு சிந்தனை வெட்டியது. ‘வேகமாக நகரும்போது திடீரென்று கால்கள் நின்றால் மேல் உடம்பு அதற்கேற்றபடி நகர இயலாமையை Inertia என்கிறோம். அப்படித்தானே பூர்ணிமா ஜாலியாகப் பேசிக்கொண்டே வரும்போது அந்த வேடிக்கைப் பேச்சை நிறுத்தமுடியாமல் ஏதோ வேகத்தில் உளறிவிட்டாள். அதுவும் ஒருவகை Inertiaதான். அதை Tongue Inertia என்று சொல்லலாமா? மற்றபடி பூர்ணிமா எனக்கு எவ்வளவு உதவிகளைச் செய்திருக்கிறாள். என்னிடம் எவ்வளவு அன்பாக இருப்பாள்.

நண்பர்களுக்குள் வேடிக்கையாகப் பேசிக் கொண்டிருக்கும்போது இந்த Tongue Inertia நடக்கும்தான். அதைக் கண்டுகொள்ளக்கூடாது. பவித்ராவாகிய நான் இன்று Inertiaவை மட்டும் கற்றுக் கொள்ளவில்லை. Tongue Inertia பற்றியும் தெரிந்துகொண்டிருக்கிறேன்.’

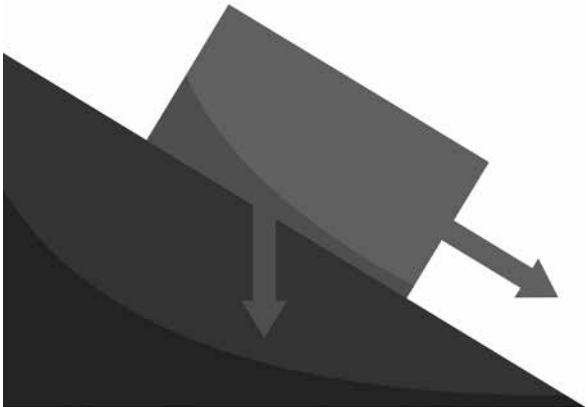
பூர்ணிமாவை பவித்ரா பார்த்துச் சிரித்தாள். ‘கீழே வா’ என்று கை அசைத்தாள். பவித்ரா தன்னை மன்னித்துவிட்டாள் என்று தெரிந்ததும் பூர்ணிமா வேகமாகச் சறுக்கில் இறங்கி வந்தாள். கீழே வந்ததும் நிற்க முடியாமல் தவித்து, அப்படியே விழுந்தாள்.

“லூசு, இப்படியா விழு வே?” பவித்ரா பூர்ணிமாவைத் தூக்கிவிட்டாள்.

“தெரியாமச் சொல்லிட்டேன் டயர்” என்று சொன்ன பூர்ணிமாவின் வாயைப் பொத்தினாள் பவி.

அங்கே தாழக்கிடந்த வேப்பமரத்தில் துள்ளி வேப்பம்பழங்களைப் புறித்து அதன் கசப்பினிப்புகூழை உறிஞ்சி இருவரும் சுவைத்தனர். ‘சில சமயம் நட்பில் கசப்பு வரும். அதைச் சரியாகப் புரிந்துகொண்டால் இனித்துவிடும்’ என்ற விஷயத்தை அவர்கள் உணர்ந்து கொண்டனர்.

— விஜயபாஸ்கர் விஜய்



ஹானர்ஸ் பட்டம் நிறைய கிடைக்கும்!



புதிய கல்விக் கொள்கையின் பரிந்துரைகளில் ஒன்று, இளநிலைப் பட்டப்படிப்பின் கால அளவை நான்கு ஆண்டுகளாக உயர்த்துவது. தற்போது இருக்கும் மூன்றாண்டு பட்டப்படிப்புகள் ஒரு பக்கம் இருந்தாலும், நான்காண்டு பட்டப்படிப்புகளைத் தொடங்குமாறு பல்கலைக்கழக மானியக்குழு கேட்டுக்கொண்டது. இதன்படி கடந்த கல்வியாண்டில் இந்தியா முழுக்க 150 பல்கலைக்கழகங்கள் இந்தப் புதிய படிப்பைத் தொடங்கின. வரும் கல்வியாண்டில் மேலும் 300 பல்கலைக்கழகங்களிலும் இது தொடங்கப்பட உள்ளது.

இதுவழக்கமானபடிப்புடன் ஆராய்ச்சிக்கல்வியையும் உள்ளடக்கியது. இந்தப் பட்டம் ஹானர்ஸ் என்று வழங்கப்படும். வழக்கமான பட்டம் 'பி.ஏ' என்றால், இது 'பி.ஏ ஹானர்ஸ்' எனப்படும். இதை முடிப்பவர்கள் முதுநிலைப் பட்டத்தை ஓராண்டு படித்தாலே போதும்.

எஞ்சினியரிங் ஆர்வம் குறையவில்லை!

தமிழகத்தில் எஞ்சினியரிங் கல்லூரி சேர்க்கைக்கான அனைத்து வகை கவுன்சிலிங்குகளும் முடிவடைந்த நிலையில், 1,02,949 மாணவ, மாணவிகள் இந்த ஆண்டு எஞ்சினியரிங் சேர்ந்துள்ளனர். கடந்த ஆண்டைவிட இது அதிகம். மொத்தமுள்ள 1,44,652 இடங்களில் 41,703 இடங்கள் காலியாக உள்ளன.

Civil, Mechanical, Agriculture Engineering, Biomedical Engineering, Food Technology, Aeronautical Engineering மற்றும் Marine engineering பிரிவுகளில்தான் அதிக இடங்கள் காலியாக உள்ளன. அதேபோல தமிழ்நாடு படிப்புகளிலும் சேர்க்கை குறைவு. இந்த ஆண்டு 24 கல்லூரிகளில் 100% இடங்கள் நிரம்பியுள்ளன. இவற்றில் எட்டு சுயநிதித் கல்லூரிகளும் அடங்கும்.



முதுநிலைப் படிப்புக்கு கல்வி உதவித்தொகை!

அகில இந்திய தொழில்நுட்பக் கல்விக் குழுமமான ஏஐசிடிஇ அங்கீகாரம் பெற்ற உயர்கல்வி நிறுவனங்களில் கேட் அல்லது சியூஇடி நுழைவுத் தேர்வு அடிப்படையில் சேர்க்கை பெற்ற மாணவர்களுக்கு மாதந்தோறும் உதவித்தொகை வழங்கப்பட்டு வருகிறது. பொறியியல், தொழில்நுட்பம், கட்டடவியல் ஆகிய படிப்புகளில் 2023-24ம் கல்வியாண்டில் சேர்க்கை பெற்ற முதுநிலை மாணவர்கள், உதவித்தொகை பெற தற்போது



அதிகரிக்கும் வெளிநாட்டுக் கல்விச் செலவு!



வரும் 2025-ம் ஆண்டுக்குள் இந்திய மாணவர்கள் வெளிநாட்டுக் கல்விக்காகச் செலவழிக்கும் தொகை 5 லட்சத்து 83 ஆயிரம் கோடி ரூபாயாக உயரும் என்று கணக்கிடப்பட்டுள்ளது. இந்த 2023-ம் ஆண்டு கணக்கின்படி 13 லட்சம் இந்திய மாணவர்கள் வெளிநாடுகளில் படிக்கிறார்கள். அமெரிக்கா, பிரிட்டன், ஆஸ்திரேலியா, கனடா போன்ற நாடுகளுக்கே அதிகம் பேர் போகிறார்கள்.

பஞ்சாப், ஆந்திரா, தெலங்கானா, மகாராஷ்டிரா, குஜராத், டெல்லி, தமிழ்நாடு ஆகிய மாநிலங்களிலிருந்தே அதிகம் பேர் போகிறார்கள். பெரும்பாலான மாணவர்களுக்கு ஸ்காலர்ஷிப் கிடைத்தும் கூட, கல்விக்காக அவர்கள் அதிகம் செலவழிக்க வேண்டியுள்ளது. இப்படிப் படிக்கப்போகும் இந்திய மாணவ, மாணவிகளுக்குத் தங்குமிடம் கிடைப்பதும் பல நாடுகளில் சிக்கலாக உள்ளது. மாணவர்களுக்கு கட்டுப்படியாகும் கட்டணத்தில் குடியிருப்புகளை அந்தந்த நாடுகளின் அரசுகள் ஏற்படுத்தித் தர வேண்டும் என்று பலரும் கோரிக்கை விடுத்துள்ளனர்.



அரசுப் பள்ளிகளில் நீட், ஜேஇஇ பயிற்சி!

நீட், ஜேஇஇ நுழைவுத் தேர்வுகளுக்கு அரசுப் பள்ளி மாணவர்களைத் தயார் செய்வதற்காகப் பள்ளிக்கல்வித் துறை சார்பில் ஆண்டுதோறும் பயிற்சி வகுப்புகள் நடத்தப்பட்டு வருகின்றன. இந்த ஆண்டும் பயிற்சி தொடங்குகிறது.

இதற்காக மேல்நிலைப் பள்ளி தலைமை ஆசிரியர், இயற்பியல், கணிதம், வேதியியல், தாவரவியல், விலங்கியல் ஆகிய பாடங்களில் ஒவ்வொரு பாடத்துக்கும் தலா 2 பாட வல்லுநர்கள் அடங்கிய குழு அமைக்கப்படும். ஓய்வுபெற்ற ஆசிரியர்கள், நுழைவுத் தேர்வுகளில் வெற்றி பெற்று உயர்கல்வி படித்து வரும் மாணவர்கள் ஆகியோரையும் தன்னார்வர்களாக இணைத்துப் பயிற்சி தர வைக்கப்படும். மாநிலக் குழுவிருந்து வரும் விளாத்தாளர்கள், விடைக் குறிப்புகளைப் பயன்படுத்திப் பயிற்சிகள் தரப்படும்.

அரசு மற்றும் அரசு உதவி பெறும் பள்ளிகளில் பிளஸ் 1, பிளஸ் 2 படிக்கும் மாணவர்கள் இந்த வகுப்புகளில் சேர்ந்து பயிற்சி பெறலாம். அனைத்து வேலைநாட்களிலும் திங்கள் முதல் வெள்ளி வரை தினமும் மாலை 4 முதல் 5.30 மணி வரை பள்ளி வளாகத்திலேயே பயிற்சி வகுப்புகள் நடத்தப்படும். அரையாண்டு, பொதுத் தேர்வு விடுமுறை நாட்களில் சிறப்புப் பயிற்சி வழங்கப்படும். பள்ளிகளில் உள்ள கணினி ஆய்வகம் மூலமாகவும் பயிற்சி அளிக்கப்படும்.

விண்ணப்பிக்கலாம். முதுநிலைப் படிப்பை பகுதிநேரம் மற்றும் தொலைதூரக் கல்வியில் படிப்பவர்கள் உதவித்தொகை பெற முடியாது.

இதற்கான பதிவு தற்போது நடைபெற்று வருகிறது. கல்வி உதவித்தொகை பெற விரும்பும் மாணவர்கள் <https://pgscholarship.aicte-india.org/> என்ற இணையதளம் வழியாக நவம்பர் 30-ம் தேதிக்குள் விண்ணப்பிக்க வேண்டும். தகுதிபெறும் மாணவர்களுக்கு 2 ஆண்டுகளுக்கு மாதந்தோறும் ரூ.12,400 உதவித் தொகையாக வழங்கப்படும்.



உணவு மருந்தாகலாம்... விஷமாகலாமா?

ஷவர்மா சாப்பிட்டு மரணங்கள் நிகழ்வதை அடிக்கடி படிக்கிறோம். ரோட்டோரக் கடையில் வாசனைக்கு மயங்கியோ, ஒரு வெளிநாட்டு உணவகத்தில் பார்த்த புதுவித உணவுக்கு ஆசைப்பட்டோ, ஃபிரிட்ஜில் வைத்திருந்த பழைய உணவைச் சாப்பிட்டோ வயிற்று வலியில் துடித்த அனுபவம் பலருக்கு இருக்கும். இது, 'ஃபுட் பாய்சன்' எனப்படும் உணவு விஷமாகிவிடும் பிரச்னை. பாக்டீரியா, வைரஸ், பாரசைட் போன்ற பல நுண்ணுயிரிகளில் ஏதோ ஒன்றின் வேலையால் இப்படி ஆகலாம். அரிதான சந்தர்ப்பங்களில் வேதிப்பொருட்களும் உணவு விஷமாவதற்குக் காரணமாக அமையலாம்.

கெட்டுப்போன அல்லது கிருமித்தொற்றுள்ள உணவைச் சாப்பிட்ட இரண்டு மணி நேரம் முதல் ஆறு மணி நேரத்துக்குள் பிரச்னை ஆரம்பிக்கும். பொதுவாக ஃபுட் பாய்சன் என்பது அல்வாவு ஆபத்தான பிரச்னை இல்லை. ஓரிரு நாட்களில் இயல்பாகிவிடும். பெரும்பாலானவர்கள் 12 மணி நேரத்திலிருந்து 48 மணி நேரத்துக்குள் நார்மலாகிவிடுவார்கள்.

காலரா, ஈ.கோலி, சால்மோனெல்லா போன்ற பாக்டீரியாக்கள்தான் பெரும்பாலான ஃபுட் பாய்சன் பிரச்னைகளுக்குக் காரணம். சில சமயங்களில், எதனால் உணவு விஷமானது என்ற காரணத்தைக் கண்டறிவது கூடக் கஷ்டமாக இருக்கும். ஈ.கோலிதான் ஃபுட் பாய்சனுக்குக் காரணம் என்றால்,

கவனத்தோடு இருக்க வேண்டும். இந்தக் கிருமிகள், சிறுநீரக ரத்தக்குழாய்களின் உட்புறப் பூச்சை அரித்து எடுத்துவிடும் என்பதால் சிறுநீரகம் செயலிழக்கும் ஆபத்து உள்ளது. கர்ப்பிணிப் பெண்கள் லிஸ்டெரியா என்னும் ஃபுட் பாய்சன் விஷயத்தில் கவனமாக இருக்க வேண்டும். இந்த வகை பாக்டீரியாக்கள் கர்ப்பத்தின் ஆரம்ப காலத்தில் தாக்கினால், கருச்சிதைவு ஏற்படும் ஆபத்து இருக்கிறது. கர்ப்பத்தின் உச்ச காலத்தில் இந்த பாக்டீரியா தாக்கினால், குறைப் பிரசவம் நேரக்கூடும். பிறக்கும் குழந்தைக்கும் இதனால் பாதிப்புகள் தொடரும். இந்த பாக்டீரியாவின் தாக்கத்தால் குழந்தைக்கு நரம்பு சார்ந்த பிரச்னைகள் வரக்கூடும்.

பொதுவாக உடல் நீர்ச்சத்தை இழப்பதுதான் ஃபுட் பாய்சனின் ஆபத்தான பிரச்னை. தண்ணீரைக் குடித்தால்கூடக் குமட்டிக்கொண்டு வரும் சூழலில் உடலில் நீர்ச்சமநிலையைச் சீராக வைத்திருப்பது கடினம்தான். ஆனாலும் போதுமான தண்ணீர் குடிக்க மறக்கக்கூடாது.

குறிப்பாக முதியவர்கள்; சிறுவர் - சிறுமியர்; பச்சிளம் குழந்தைகள்; நீரிழிவு நோய், கல்லீரல் நோய் என நீண்ட நாட்களாக நோய்வாய்ப்பட்டிருப்பவர்கள், புற்றுநோய்க்காகச் சிகிச்சை எடுத்துக்கொள்பவர்கள், கர்ப்பிணிகள் போன்றோருக்கு இது மிக ஆபத்தான பிரச்னை.





காரணங்கள் என்னென்ன?

- கெட்டுப்போன இறைச்சியில் சமைக்கப்பட்ட உணவைச் சாப்பிடுவது
- சுகாதாரமற்ற சூழலில் தயாரான உணவைச் சாப்பிடுவது
- பதப்படுத்தப்பட்ட அல்லது ஃபிரிட்ஜில் வைக்கப்பட்ட உணவு, முறையான குளிர்நிலையில் பராமரிக்கப்படாதது
- மீண்டும் சூடு செய்யும் உணவைப் போதுமான அளவு வெப்பத்தில் சூடுபடுத்தாதது
- நன்கு கழுவாமல் பழங்கள் மற்றும் பச்சைக் காய்கறிகளைச் சாப்பிடுவது
- முறையான வெப்பநிலையில் கொதிக்கவைத்து குளிரூட்டப்படாத பால் பொருட்களைச் சாப்பிடுவது
- அரைகுறையாகச் சமைத்த இறைச்சி மற்றும் முட்டைகள் சாப்பிடுவது
- சுத்திகரிக்கப்படாத தண்ணீர் குடிப்பது

அறிகுறிகள் என்னென்ன?

- குமட்டல் மற்றும் வாந்தி
- வயிற்று வலி மற்றும் வயிறு பிடித்துக்கொள்வது



- வயிற்றுப்போக்கு
- நடுக்கத்துடன் ஜூரம்
- சோம்பல் மற்றும் சோர்வு
- பசியின்மை
- தசைகளில் வலி

● தலைவலி

மிக மோசமான ஃபுட் பாய்சன் என்றால் மூட்டுவலி, குடல் பகுதியில் ரத்தக்கசிவு, நரம்பு மண்டலத்தில் பாதிப்பு, சிறுநீரகப் பிரச்சனைகள், இதயத்தைச் சூழ்ந்திருக்கும் திசுக்களில் வீக்கம் என மோசமான பாதிப்புகள் ஏற்படும்.

தற்காப்பும் வீட்டுச் சிகிச்சையும்

சுகாதாரமில்லாத உணவைச் சாப்பிட்டதாக உணர்ந்தால், வயிற்றுக்குப் போதுமான ஓய்வு கொடுங்கள். சில மணி நேரங்களுக்கு எதையும் சாப்பிடவோ, குடிக்கவோ செய்யாதீர்கள். அதன்பிறகு எளிதில் ஜீரணமாகக்கூடிய எளிய உணவுகளை எடுத்துக்கொள்ளுங்கள். தண்ணீர் அடிக்கடி கொஞ்சம் கொஞ்சமாகக் குடியுங்கள். சுடுதண்ணீர் நல்லது.

காரமான, எண்ணெய் நிறைந்த உணவுகளை சில நாட்களுக்குத் தவிர்த்துவிடுங்கள். பால் பொருட்கள், காபி மற்றும் கொழுப்பு நிறைந்த உணவுகளைத் தவிர்த்திடுங்கள்.

பாத்திரங்களையும் கைகளையும் நன்கு கழுவுங்கள். அரைவேக்காடு உணவுகளை சாப்பிடாதீர்கள். சமைத்த உணவுகளையும், சமைக்காத உணவுகளையும் தனித்தனியாக வையுங்கள்; தனித்தனியாகச் சாப்பிடுங்கள். வெளியில் வைத்தால் விரைவில் கெட்டுப்போகிற உணவுகளைப் பாதுகாப்பாக ஃபிரிட்ஜில் வையுங்கள்.

எப்போது டாக்டரிடம் போக வேண்டும்?

- 101 டிகிரி ஃபாரன்ஹீட்டுக்கு மேல் ஜூரம் தொடர்ந்து இருந்தால்
- உடல் ஏராளமான நீர்ச்சத்தை இழந்து அதிக தாகம் எடுப்பது, வாய் உலர்ந்து போவது, சிறுநீர் வராதது, களைப்பு, தலைச்சுற்றல் என பிரச்சனைகள் வந்தால்
- மூன்று நாட்களுக்கும் மேலாக வயிற்றுப்போக்கு தொடர்ந்தால்
- அடிக்கடி வாந்தி வந்தால்
- உடல் தண்ணீரையே ஏற்றுக்கொள்ளாத சூழல் வந்தால்
- வயிறு பிடித்துக்கொண்டு கடுமையான வலி ஏற்பட்டால்
- பார்வை லேசாக மங்கினால்
- கை, கால்களில் நடுக்கம் ஏற்பட்டால் ●





ஒருமுறை பிரமாண்டமான 'Horror House' என்னும் பேய் வீடு செட்டப்புக்குள் நண்பர்களோடு சென்றேன். உள்ளே நுழைந்ததும் ஒவ்வொரு பேயாக என்னைப் பயமுறுத்தியது. அழுகிய உடல்களைக் கட்டித் தொங்கவிட்டிருப்பது போன்று செட்டப் செய்திருந்தார்கள். இருட்டில் நடந்து அவற்றின் மேல் மோதும்போது பயம் கலந்த அருவருப்பு ஏற்பட்டது.

இப்படி மாடியில் ஒவ்வொரு இடமாகக் கடந்து பயந்து பயந்து வந்தபடி கீழே பார்த்தபோது அந்தக் காட்சி எல்லையில்லாத அச்சத்தைக் கொடுத்தது. கீழே மெல்லிய ஒளியில் சில பேய் வேடமிட்டவர்கள், அங்கே கடந்த பார்வையாளர்களைப் பயமுறுத்திக் கொண்டிருந்தார்கள். பார்வையாளர்கள் அலறிக் கொண்டிருந்தார்கள். அதைப் பார்த்த எனக்கு, 'ஐயோ, நாமும் அங்கே பயமுறுத்தும் கொடூரப் பேய்களைக் கடந்துதானே போக வேண்டும்' என்ற பயம் அடிவயிற்றில் தைத்தது.

அந்த அச்சத்தை வார்த்தைகளால் சொல்ல முடியாது. இந்தப் பயமுறுத்தல், கஷ்டம் நமக்கு இன்னும் பத்து நிமிடங்களில் நிச்சயமாக நடக்கும் என்ற அந்த உணர்வு கொடுக்கும் மன அழுத்தம் கொடுமையானது.

இன்றைய பெண் குழந்தைகளைப் பார்த்தால் அன்று Horror House-ல் ஏற்பட்ட உணர்வுதான் நினைவுக்கு வரும். ஒவ்வொரு பெண் குழந்தையும் வருங்காலத்தில் தங்களுக்கு நடக்கப்போகும் கொடுமைகளை, வேதனைகளை, பாடுபாடுகளை, அலட்சியங்களை அறிந்தே வைத்துள்ளார்கள். பெரியவர்கள் வாழ்க்கையை உற்றுக் கவனிக்கும் பெண் குழந்தைகளுக்கு நன்றாகத் தெரிகிறது...

பெண் குழந்தைகளின் அச்சம் போக்குவோம்!

'நம்மிடம் உள்ள உழைப்புத்திறனை வீட்டு வேலை செய்ய இந்த ஆணாதிக்க உலகம் கட்டாயம் உபயோகப்படுத்தி பிழிந்துவிடும். கல்யாணமாகிக் குழந்தை பிறந்தால், அப்போதும் பெண்தான் வளர்க்க கஷ்டப்பட வேண்டும். குழந்தை பிறக்காவிட்டால், சிகிச்சை என்று அப்போதும் பெண்தான் கஷ்டப்பட வேண்டும். என்னதான் பெண்ணுரிமை பேசினாலும், குறிப்பிட்ட நேரத்துக்குப் பிறகு பெண்கள் வெளியே செல்ல முடியாது. அது பாதுகாப்பும் கிடையாது. ஆண்களுக்கு இந்த உலகத்தால் கொடுக்கப்படும் மதிப்பும் மரியாதையும் பெண்களுக்கு இல்லை.'

பல திகில் காட்சிகளைப் பெண் குழந்தைகள் அன்றாடம் பார்க்கிறார்கள். உதாரணமாக இப்படி ஒரு காட்சியைக் கற்பனை செய்வோம்...

கவிதா ஒரு பெண் குழந்தை. அவள் ஐந்தாம் வகுப்பு படிக்கிறாள். அந்தப் பள்ளியின் தலைமையாசிரியர் ஒரு ஆண். அவரைப் பார்த்தாலே கவிதாவுக்குப் பயம். அவர் ரொம்பக் கறார், தவறு செய்தால் உடனே தண்டித்துவிடுவார். அங்கே வேலை செய்யும் ஆசிரியர்கள் அனைவரும் அவருக்கு அஞ்சி நடுங்குவார்கள். 'தலைமையாசிரியர்கள் என்றாலே கெத்து' என்று கவிதா நினைக்கிறாள்.

கவிதா சூழ்நிலை காரணமாக ஆறாம் வகுப்பில் வேறு ஒரு பள்ளியில் சேர்கிறாள். முதல் நாளை, 'யார் இந்தப் பள்ளியின் தலைமையாசிரியர்' என்று தேடுகிறாள். பிறகுதான் அப்பள்ளியின் தலைமையாசிரியர் ஒரு பெண் என்று கண்டுகொள்கிறாள். ஆனால், கவிதாவுக்கு

ஆச்சரியம். பழைய பள்ளியின் தலைமையாசிரியர் போல இவர் மிரட்டும் பாவனையில் இல்லை. பல ஆண்டுகள் ஆசிரியர்கள் அவரை மதிக்காமல் பேசுவதையும் கவனிக்கிறார்.

இப்போது கவிதாவின் கருத்து, 'தலைமையாசிரியர்கள் என்றாலே கெத்துதான். ஆனால், பெண் தலைமையாசிரியர்கள் அப்படிக்கிடையாது' என்று மாறுகிறது. அதையொட்டி, 'என்னதான் உயர்பதவியில் இருந்தாலும் ஒரு பெண் என்பவர் ஆண்களைவிடக் கொஞ்சம் கீழ்தான் போல' என்ற எண்ணம் கவிதாவுக்கு ஏற்படுகிறது. இதனால் கவிதாவுக்கு அச்சம் வருகிறது. 'வருங்காலத்தில் தானும் என்னதான் படித்து முன்னேறினாலும் இந்த ஆண் சமூகம் தன்னைக் கீழாகவே நடத்தும்' என்று நினைக்கிறார். Horror House விளையாட்டில் பேய்களைக் கடக்க அச்சம் ஏற்படுவது போல, வருங்காலத்தில் தனக்கு இது நடந்துவிடும் என்று கற்பனை செய்து பயப்படுகிறார்.

ஒரு வருடம் முன்பு, ஒரு பள்ளியில் உடற்பயிற்சி வகுப்பின்போது ஆண் மாணவர்கள் மட்டும் போய்கிரிக்கெட் விளையாடினார்கள். ஒரு மாணவி போய், "நானும் விளையாடுவேன்" என்று கேட்க, "கேள்வியைச் சேர்க்க முடியாது" என்று பையன்கள் சொன்னார்கள். "அப்படியானால் மேட்ச் எப்படி நடக்கிறது என்று பார்ப்போம்" என்று அந்த மாணவி இன்னும் சில மாணவிகளைக் கூட்டிக்கொண்டு போய் பிட்ச்சின் நடுவே நிற்க, ஒரே பரபரப்பாகிவிட்டது.

அதன்பின் அந்த மாணவியின் பெற்றோர்கள் வகுப்பு ஆசிரியர், உடற்பயிற்சி ஆசிரியர், தலைமை

ஆசிரியர் அனைவரிடமும் பேசி, "பெண் குழந்தைகளும் கிரிக்கெட் விளையாட அனுமதிக்க வேண்டும்" என்று கேட்டுக் கொண்டார்கள். அப்போது அவர்கள் தலையாட்டினார்கள். ஆனால், அது நடக்கவில்லை.

பெற்றோருக்கு இதைச் சொல்லிச் சொல்லி அலுத்து விட்டது. அந்தப் பெற்றோர்களின் மனக்குறை என்னவென்றால், நன்கு படித்த தலைமையாசிரியருக்கும், உடற்பயிற்சி ஆசிரியருக்கும், வகுப்பு ஆசிரியருக்கும், 'ஒரு டீன் ஏஜ் பெண் குழந்தையின் மனதில் இந்தப் பாலினப் பாகுபாடு எவ்வளவு பெரிய விளைவை ஏற்படுத்தும்' என்ற அடிப்படைப் புரிதல் இல்லையே என்பதுதான்.

'நான் ஒரு பெண் என்பதால் வருங்காலத்திலும் இந்த உலகம் இதுபோல என்னைப் பாலின பாகுபாட்டோடுதான் நடத்துமா? இந்த உலகத்தில் நான் இப்படி போராடிக் கொண்டே இருக்க வேண்டுமா?' என்று நிச்சயம் தோன்றும்.

இந்தப் புரிதல் ஆசிரியர்களுக்கு இருந்தால், அவர்கள் இந்த விஷயத்தை சென்சிட்டிவாகப் பார்த்திருப்பார்கள். ஆனால் அவர்கள் பார்க்கவில்லை. காரணம், அடிப்படை உளவியல் பல ஆசிரியர்களுக்கே இங்கு தெரியாது. பெற்றோர்களுக்கும் தெரியாது. தங்களை அறியாமலே தினம் தினம் பெண் குழந்தைகளிடம், "பார்த்தியா? நீ ஒரு பொண்ணு. வருங்காலத்துல உனக்கு இதுதான் கிடைக்கும். நீ ஆண்களிடம் அடங்கித்தான் போக வேண்டும்" என்ற பயத்தை ஏற்படுத்துகிறார்கள்.

நீங்கள் ஒரு சராசரி மனிதராக, இந்தப் பயத்தை ஒரு பெண் குழந்தை மனதில் விதைக்காமல் இருந்தால் அதுவே பெண் குழந்தைகளுக்குச் செய்யும் மாபெரும் நன்மையாகும். நீங்கள் ஓர் ஆசிரியராக இருந்தால், பாலினப் பாகுபாடு காட்டாமல் கவனமாக இருங்கள். அதைப் பார்க்கும் பெண் குழந்தைகள் மனதில் நம்பிக்கை பிறக்கும். நீங்கள் பெற்றோராய் இருந்தால், பாலினச் சமத்துவம் காட்டிப் பெண் குழந்தைகளுக்கு நம்பிக்கை ஊட்டுங்கள்.

நீங்கள் யாராக இருந்தாலும், பாலினப் பாகுபாடு காட்டாதீர்கள். காரணம், பெண் குழந்தைகள் உங்கள் நடவடிக்கைகளைப் பார்த்துக்கொண்டிருக்கின்றன. இந்தச் சமூகத்தின் மீதான பயத்தைப் பெண் குழந்தைகள் மனதிலிருந்து போக்குவோம். இந்த விழிப்புணர்வை எல்லோரும் அடைந்துவிட்டால், தன்னம்பிக்கையுள்ள பெண்கள் இயல்பாக உருவாகிவிடுவார்கள்.

- விஜயபாஸ்கர் விஜய்





கம்போடியா நாட்டில் உள்நாட்டுப் போரின்போது புதைக்கப்பட்ட கன்னிவெடிகள் அதிகம். அவற்றை அகற்ற எலிகளைப் பயன்படுத்துகின்றனர். மனிதர்கள் இரண்டு நாட்கள் செய்யும் வேலையை இவை அரை மணி நேரத்தில் முடிக்கின்றன.

நார்வே நாட்டின் ஹால்டன் சிறையில் கைதிகளுடன் சிறை அதிகாரிகள் இணைந்து சாப்பிடுகின்றனர்.

செயற்கைக் கண்ணாடிகளை ஆண்டு கண்டிதிரைப்படத்தி அடர்த்தியான இதை மனித உரு

உலகில் இப்போது பயன்படுத்தப்படும் தேசியக் கொடிகளில் பழமையானது, டென்மார்க் நாட்டுக் கொடி. 1370-ம் ஆண்டிலிருந்து வடிவம் மாறாமல் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

அக்கறையாக உரையாடுகின்றனர், சேர்ந்து விளையாடுகின்றனர். கைதிகள் மூர்க்கமாக நடப்பதை இது குறைக்கிறதாம்.

செவ்வாய்க் கிரகம் எப்போதெல்லாம் சூரியனுக்கு நெருக்கமாக வருகிறதோ, அப்போதெல்லாம் அங்கு புயல்கள் அதிகம் தாக்குகின்றன.

நாய்கள் பெரிதாக வளர்ந்தபின் அவற்றுக்கு 42 பற்கள் இருக்கின்றன. மனிதர்களைவிட 10 அதிகம்.



ரமலான் நோன்பு, அதிகாலையில் ஆரம்பித்து சூரிய அஸ்தமனம் வரை பின்பற்ற வேண்டியது. விண்வெளிக்குச் சென்ற ஓர் இஸ்லாமிய வீரருக்கு இதில் குழப்பம் வர, அங்கு எப்படி ரமலான் நோன்பு இருப்பது என்று இப்போது புத்தகம் தயாராகியுள்ளது.

உலகில் தயாராக சாக்லேட்களில் அமெரிக்கர்கள் சாப்பிடப்படுகி



விம்பிள்டன் டென்னிஸ் போட்டிகளில் வீரர், வீராங்கனைகள் சக போட்டியாளர்களைத் திட்டுவதற்கு அனுமதியில்லை. விதிமீறலைக் கண்டறிய, லைன் ஜட்ஜ்களுக்கு எல்லா மொழிகளிலும் இருக்கும் மோசமான வார்த்தைகள் கற்றுத் தரப்படுகின்றன.

கம்ப்யூட்டர் அல்லது செல்போனை அதிகம் பார்க்கும் ஒருவர், ஒரு நிமிடத்தில் ஏழு முறை மட்டுமே கண்சமிட்டுகிறார். இயல்பாக 20 முறை கண்சமிட்ட வேண்டும்.

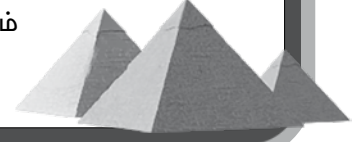
ண் இமைகள் 1916-ம்
டுபிடிக்கப்பட்டன. ஒரு
ில் நடிகை ஒருவருக்கு
மைகள் தேவைப்படவே,
ர்களின் முடியிலிருந்து
வாக்கினார்கள்.

டாய்லெட்டில் நாம்
பயன்படுத்தும்
பேப்பர்களுக்காக
ஒவ்வொரு நாளும்
27,000 மரங்கள்
உலகம் முழுக்க
வெட்டப்படுகின்றன.

ஒரு தேர்தலுக்குப் பிறகு
புதிய அரசு அமைக்க நீண்ட
காலம் எடுத்துக்கொண்ட
சாதனையை பெல்ஜியம்
நாடு செய்திருக்கிறது.

காலை உணவைச்
சாப்பிடுவோர்,
நாள் முழுக்க
உடலாலும் மனசாலும்
ஆரோக்கியமாக
உணர்கின்றனர்.

1830-ம் ஆண்டு எகிப்தை ஆண்ட மன்னர்
முசுமது அலி பாஷா, பிரமிடுகளைப் பிரித்து புதிய
கட்டுமானங்களுக்குப் பயன்படுத்த உத்தரவிட்டார்.
அவற்றைப் பிரித்துக் கற்களை
எடுத்துவர அதிக செலவாகும்
என்பதால் அந்தத் திட்டம்
கைவிடப்பட்டது.



மனிதர்களிடையே
மகிழ்ச்சியை
நிலைநிறுத்துவதில்
மன்னிக்கும் குணத்துக்கு
முக்கியப் பங்கு
இருப்பதாக ஆய்வுகள்
சொல்கின்றன.

டெத்ராளைச் சிறிய பைகளில் அடைத்து
விற்பதே, அவற்றைப் பிரித்து ஒருமுறை
பயன்படுத்த வசதியாக இருக்கும்
என்பதால்தான்! ஆனால் அப்படியே பாலில்
போட்டு குடிக்க ஆரம்பித்தனர் மக்கள்.
எனவே, அதற்கு வசதியாக டீபேக் மாறியது.



ராகும்
50%
ரால்
ன்றன.

தங்க மீன்கள்
வெளிச்சத்திலிருந்தே
தங்கள் நிறத்தைப்
பெறுகின்றன.
இருட்டான ஓர்
அறையில் வைத்தால்,
அவை நிறமிழந்து
வெளிநிப் போய்விடும்.

விண்வெளி வீரர்கள்
அணியும் உடை
11 அடுக்குகளில்
வெவ்வேறு
பொருட்கள் கொண்டு
உருவாக்கப்படுகிறது.
ஒரு உடையைச் செய்ய
10 லட்சம் டாலர்
செலவாகும், 5,000 மணி
நேரம் ஆகும். அது 50
கிலோ எடை இருக்கும்.

உங்கள் கையில்
மணிக்கட்டுக்கும் முழங்கை
மூட்டுக்கும் இடையே
எவ்வளவு நீளமோ, அதே
அளவில்தான் உங்கள்
பாதமும் நீளமாக இருக்கும்.

இருளில் ஒளிரும்
தன்மையுடன் உலகம்
முழுக்க 70 வகை காளான்கள்
இருக்கின்றன.





நம்பிக்கை திறக்கும் கதவு!

வாழ்க்கையில் இன்பத்தின் வருகையை எதிர்பார்த்துக் காத்திருக்கும் மனித இனம், துயரத்தை எதிர்கொள்ள எப்போதுமே விரும்புவதில்லை. சிறு தடைகளும், சிறு தாமதமும், சிறு சிறு ஏமாற்றங்களும் தான் எப்போதும் மலைப்பாக முன் நிற்கின்றன.

மனதைப் பழுக்கப்படுத்துவதன் மூலம் உறுதியை வளர்த்துக்கொள்ள முடியும் என்று தன்னம்பிக்கைப் பேச்சாளர்கள் பேசுவதைக் கேட்டிருப்போம். உண்மையில் பிரச்சனைகளை எதிர்கொள்ளும் மன உறுதி எப்படிக்கிடைக்கிறது தெரியுமா? அந்தந்த நேரத்தில் வருவதை நாம் எப்படி எதிர்கொள்கிறோம் என்பதில்தான் அது உறுதியாகிறது.

நீங்கள் போதுமான நம்பிக்கையுடன் இருந்தால் கிட்டத்தட்ட எல்லா பயங்களையும் வெல்லலாம். 'முயற்சி செய்யாமல் வெற்றியாளர்கள் சிகரத்தில் இருக்க மாட்டார்கள்' என்பதை நம்பிக்கை கொண்டவர்கள் எப்போதும் அறிவார்கள்.

ஒரு ஊரில் வசித்த நண்பர்களான இரண்டு இளைஞர்கள் ஒருநாள் வெளியூருக்குச் சென்றார்கள். போகும் வழியில் இரவு நெருங்கிவிட்டதால் குளிரவும் தொடங்கிவிட்டது. இருந்தாலும் இருவரும் பல விஷயங்களைப் பற்றி பேசியபடியே பயம் தெரியாமல் நடந்தார்கள். நேரம் நகர்ந்து கொண்டே போனதில், இரவும் வளர்ந்து கும்மிருட்டு ஆனது. 'சரி, ஏதாவது ஒரு மரத்தில் ஏறி இரவைக் கழித்துவிடலாம்' என்று அவர்கள் நினைத்தபோதுதான் அந்தப் பயங்கரம் நிகழ்ந்தது. எதன்பீதோ தடுக்கி எப்படியோ உருண்டு ஆழமான கிணறு ஒன்றில் விழுந்துவிட்டார்கள் அவர்கள்.

இருவருக்கும் நீச்சல் தெரியும் என்பதால் நீரில் மூழ்கவில்லை என்றாலும் மிக ஆழமான பாசி படர்ந்த கிணறு என்பதாலும், இருட்டு என்பதாலும் அவர்களால் வெளியே வர முடியவில்லை. கிணற்றில் விழுந்த நிலவின் பிம்பம் மட்டுமே துணையாக இருக்க, இருவரும் விடியும்வரை கிணற்றுக்குள்ளேயே இருந்தார்கள்.

ஒரு வழியாகப் பொழுது விடிந்தது. வெளிச்சம் பரவ ஆரம்பித்ததும் அவர்களுக்குள் இருந்த கொஞ்சநஞ்ச நம்பிக்கையும் இருண்டுபோனது. காரணம், அந்தக் கிணறு அவர்கள் நினைத்ததைவிட மிக மிக ஆழமாக இருந்தது. அதைவிட மோசமான விஷயம், அதில் இருந்து மேலே ஏறி வர எந்தப் பிடிப்போ படிகளோ இல்லை. சுருக்கமாகச் சொன்னால், எப்போதோ இயற்கைச் சிற்றத்தின்போது ஏற்பட்ட வெகு ஆழமான பள்ளம்போல் இருந்தது அது. சேறும் சகதியும் நிறைந்திருந்த அதில் இருந்து வெளியேறுவது சாத்தியம் இல்லை. ஏதாவது அதிசயம் நிகழ்ந்தால்தான் முடியும்.

நிலவரம் என்ன என்பது தெரிந்ததுமே இளைஞர்களில் ஒருவன் கலவரம் அடைந்து சேர்ந்து போனான். மற்றவனோ சற்று நேரம் அமைதியாக தியானத்தில் மூழ்கினான். பிறகு யோசிக்க ஆரம்பித்தான். அப்போது, கிணற்றின் ஒரு மூலையில் காட்டு மரம் ஒன்றின் கனமான வேர் பரவி இருப்பது அவன் கண்ணில் பட்டது. அதைப் பார்த்ததும், அவனுக்கு ஒரு யோசனை தோன்றியது. சட்டென்று கிணற்றுக்குள் மூழ்கியவன் அதன் அடியில் இருந்து ஒரு கல்லை எடுத்து வந்தான்.

அந்தக் கல்லால் வேரைத் தட்டித்தட்டி சிறு கழி போல் இரு துண்டுகளை வெட்டி எடுத்தான். "இந்த



செந்தில் ஜெகன்நாதன்

வேர்க்குச்சிகளைக் கிணற்றின்பக்கவாட்டில் நுழைத்து பிடிமானமாகப் பயன்படுத்தி மேலே ஏறுவோம்... வா!” என்று தன் நண்பனை அழைத்தான். ஆனால், அவன் பயந்து நடுங்கி வர மறுத்தான்.

அவனைத் தோளில் சுமந்துகொண்டு வெளியேறுவது முடியாத விஷயம். அதே சமயம் நண்பனைக் கிணற்றுக்குள்ளேயே விட்டுவிட்டுப் போகவும் முடியாது. என்ன செய்வது?

மறுபடியும் யோசித்தான் இளைஞன். ஒரு சில நிமிடங்களுக்குப் பின் தன் நண்பனிடம் பேசினான். “நண்பா, எனக்கு ஒரு மந்திர வார்த்தை தெரியும். அதைச் சொன்னால் எந்தவிதப் பயமும் நமக்கு வராது. அதைத்தான் நான் இவ்வளவு நேரம் சொல்லித் தியானம் செய்தேன். நீயும் சொல். உனக்கும் அச்சம் இருக்காது. நாம் உயிர் பிழைக்கவும் அந்த மந்திரம் உதவும். சுலபமாக நாம் வெளியேறிவிடலாம்” என்றான்.

அதைக் கேட்டதுமே இரண்டாவது இளைஞன் முகத்தில் ஒரு மலர்ச்சி வந்தது. அவசர அவசரமாகக் கேட்டான், “என்ன மந்திரம் அது, சொல்..!”

அந்த முதல் இளைஞன் சொன்னான், “நமஇவெயா!”

“நமசிவாய தெரியும்.. இது என்ன நமஇவெயா?”

“உனக்குக் கிணற்றை விட்டு வெளியேற ஆசை இருக்கிறதா, இல்லையா?”

“இருக்கிறது..!”

“அப்படியானால் கேள்வி எதுவும் கேட்காமல் மந்திரத்தைச் சொல்..!”

இரண்டாவது இளைஞன் மந்திரத்தைச் சொன்னான். அவன் மனதிலும் நம்பிக்கை எட்டிப் பார்த்தது. அப்பறும் என்ன, இருவரும் சிரமப்பட்டு

வெளியில் வந்தார்கள். கொஞ்ச நேர ஓய்வுக்குப் பின் அவர்கள் பயணம் தொடர்ந்தது.

வழியில் இரண்டாவது இளைஞன் தன் நண்பனிடம் கேட்டான். “எனக்குத் தெரியாமல் நீ எப்போது மந்திர தந்திரங்களைக் கற்றாய்? நீ சொன்ன மந்திர வார்த்தையைச் சொன்னபோது எனக்குள் ஒருவித ஆற்றல் பொங்கி எழுந்தது. அபூர்வமான இந்த மந்திரத்தைப்போல் இன்னும் ஏதாவது தெரியுமா உனக்கு? அவற்றையும் சொல்லித்தருகிறாயா?”

முதல் இளைஞன் சிரித்தான். “நண்பா, என்னை மன்னித்துவிடு. எனக்கு மந்திரம் எதுவும் தெரியாது. நான் உனக்குச் சொல்லித் தந்தது மந்திர வார்த்தையும் அல்ல..”

“அப்படியானால் என்னை ஏன் பொய் சொல்லி ஏமாற்றினாய்?”

“நான் ஏமாற்றவில்லை. உன் மனதில் இருந்த எதிர்மறை எண்ணத்தை வெளியே தள்ளி, நீ நம்பிக்கையுடன் செயல்பட உதவினேன். அவ்வளவுதான்!”

“மந்திர வார்த்தை என்று ஏதோ சொன்னாயே, அதற்கு என்ன அர்த்தம்?”

“அது, நம்பிக்கை மனதில் இருந்தால் வெல்லலாம் யாவரும்” என்ற வாசகத்தின் முதல் எழுத்துகள்தான். புரிந்ததா?” என்றான் அவன்.

நண்பர்களே, இந்தக் கதையின் மூலம் நமக்குப் புரிவது ஒன்றுதான்: நம்பிக்கை கொண்டவர்களுக்கு வாழ்க்கை எப்போதுமே மேம்பட்ட ஒன்றைத் திறந்து வைக்கிறது. முயற்சி செய்யாதவர்களுக்கு அது ஒரு போதும் திறப்பதில்லை. துவண்டு போகிறவர்களுக்கு அதன் தடமே தெரிவதில்லை. ●





இதயம்

இலக்கை கட்டிப் பூக்கட்டும்!

காலாண்டுத் தேர்வை முடித்துவிட்டு வீடு திரும்பிக் கொண்டிருந்தாள் எட்டாம் வகுப்பு படிக்கும் அபிராமி. அடுத்த ஐந்து நாட்கள் விடுமுறையைக் கொண்டாடும் மகிழ்ச்சி மனத்தில் இருந்தாலும், தேர்வுகளுக்குத் தொடர்ச்சியாகப் படித்த களைப்பு அவளிடம் தெரிந்தது. தளர்வாக நடந்து வந்தாள். யாராவது பார்த்துவிட்டு, “பாவம் இந்தப் பொண்ணு, எப்படி கஷ்டப்பட்டுப் படிச்சிட்டு எக்ஸாம் எழுதிட்டுப் போகுது பாரு” என்று தன்னைப் புகழமாட்டார்களா என்ற ஏக்கம் அபிராமிக்கு வந்தது.

ஒரு சிறு தெருவுக்குள் நுழைந்தாள். அங்கே ஒரு நாய் அவளைப் பார்த்துக் குரைத்தபடி இருந்தது. தன்னைக் கடிப்பதற்காக அது துரத்துமோ என்று அபி பயந்தாள். ஆனால் அந்த நாய் ஏதோ காரணத்தால் திணறிக்கொண்டிருப்பதை உணர்ந்தாள். தைரியமாக

அருகில் சென்று பார்த்தாள். அந்த நாயின் கால், பாதாளச் சாக்கடை மூடியைத் தூக்கும் வளையத்தில் சிக்கிக் கொண்டிருந்ததைக் கவனித்தாள். வளையத்தில் கால் சிக்கிக்கொண்ட வலியினாலும், அதிலிருந்து தப்பிக்க முடியாத அவஸ்தையாலும் நாய் கத்தியது. அபி அதன் கால்களை அழுத்தி, அதை வளையத்திலிருந்து மீட்டாள்.

“ரொம்ப நன்றி” என்று நாய் பேசியது. பேசும் நாயை அபி வியப்போடு பார்த்தாள். வளையத்திலிருந்து மீண்ட மகிழ்ச்சியில் அது தெருவில் இங்கும் அங்கும் வேக வேகமாக ஓடி ஓடிப் பார்த்தது. பிறகு அபி அருகே வந்தது. “வீட்டுக்குப் போறியா? எக்ஸாம்ஸ் எல்லாம் முடிஞ்சதா. என்னைக் காப்பாத்தினதுக்கு ரொம்ப நன்றி. என்கூட வாயேன், உனக்கொருட்டீர் தர்றேன்” என்றுது நாய். அபி போனாள்.



பக்கத்து ஜூஸ்கடைக்குப் போன நாய், “அண்ணே, ரெண்டு ஸ்ட்ராபெர்ரி ஜூஸ்” என்று ஆர்டர் செய்தது. மீண்டும் அபி பக்கம் திரும்பி, “ரொம்ப நன்றி” என்றது.

“எத்தனை முறை நன்றி சொல்வாய்? எனக்கு ரொம்ப போரடிக்கிறது உன் நன்றி” என்றாள் அபி.

“இல்லை, ஒரு பொறியில் சிக்கிக்கொண்ட உயிரினத்தின் மனநிலை உனக்குத் தெரியாது. வலையில் மாட்டிக் கொண்ட மீனின் துடிப்பு, கன்னியில் சிக்கிய பறவையின் பதற்றம். அதையெல்லாம் அனுபவித்தால்தான் தெரியும். ‘ஐயோ, நம்மால் இதிலிருந்து மீளவே முடியாமல் உயிர் இங்கேயே போய்விடுமோ’ என்ற பயத்தில் இதயத்தின் இறக்கைகள் கருக ஆரம்பிக்கும்.”

அபி அந்த நாயை ஆச்சரியமாகப் பார்த்தாள். “இதயத்தின் இறக்கைகள்... இந்த வார்த்தைகள் அருமை. இதயத்துக்கு இறக்கைகள் உண்டா என்ன?”

“ஆம், உன் இதயத்தைக் கவனித்துப் பார். அதற்கு எந்தப் பிரச்சனையும் இல்லாமல் இருக்கும்போது அது பறந்துகொண்டுதான் இருக்கும். இதயத்தின் இயல்பே அதுதான். எனக்கும் இதயம் அப்படித்தான் பறந்துகொண்டிருந்தது. என் கால் வளையத்தில் மாட்டியதும் இதயம் சட்டென்று பறப்பதை நிறுத்தியது. நம் இதயத்தின் இறக்கைகள் மேல் இப்படிச் சில பயங்கள் கல்லைக் கட்டிவிடும். சில சமயம் நாமே பிரச்சனைகளைக் கற்பனை செய்து, இதயத்தின் இறக்கைகள் மீது கல்லைக் கட்டி அதைப் பறக்கவிடாமல் செய்வோம்” என்றது நாய்.

“நீ சொல்றது புரியுது. ஒரு வெள்ளிக்கிழமை சாயங்காலம் என் ப்ரெண்ட் நந்தினியும் நானும் நடந்து வந்தபோது கீழ பத்து ரூபாய் கிடந்தது. அதை எடுத்தது நந்தினிதான். அதுல ஏழு ரூபாய்க்கு சாக்லேட்டு வாங்கி அவ வச்சிக்கிட்டா, எனக்கு மூன்று ரூபாய்க்கு மிட்டாய் வாங்கிக் கொடுத்தா. அவ என்கிட்ட பாகுபாடு காட்டிட்டான்னு சனி, ரூபாயிறு முழுக்க அதையே நினைச்சிட்டு இருந்தேன். திங்கள்கிழமை இன்டர்வெல்ல நந்தினி அன்னைக்கு ஏழு ரூபாய்க்கு வாங்கின சாக்லேட்டுகளோட வந்து, ‘வாடி, இன்டர்வெல்ல சேர்ந்து சாப்பிடத்தான் அன்னைக்கு வாங்கினேன்னு சொன்னா’ என்றாள் அபி.

“நீ நந்தினியைத் தப்பா நினைச்சி அந்த சனி, ரூபாயிறு முழுக்க உன் இதயத்தின் இறக்கையில் நீயே கல்லை தூக்கி வச்சிருக்க” என்றது நாய்.

“ஆமா... இப்படி நாமளே நம்ம இதய இறக்கையைப் பறக்க விடாமச் செய்திட்டுறோம்” என்றாள் அபி. ஜூஸ் குடித்து முடித்து, ‘பை’ சொல்லிப் பிரிந்தார்கள்.

வீட்டை நோக்கி நடந்தபோது அபிக்கு முந்தைய

இரவு நடந்தது நினைவுக்கு வந்தது. “பெட்ல உக்காந்து படிக்கிற, சரி. படிச்சி முடிச்ச உடனே புகல் எல்லாத்தையும் ஏன் கட்டிலுக்கு கீழ வைக்கிற. அதை உன் புக் ரேக்ல வைக்க வேண்டியதுதானே” என்று அம்மா அதட்டினார்.

“எக்சாம் நடக்குதும்மா. நான் அப்பப்ப புகல் எடுத்துப் படிப்பேன். தூங்கும்போது அதைக் கட்டிலுக்கு கீழ வைக்கிறதுல என்ன தப்பு?” – அபி பதிலுக்குக் கத்தினாள்.

“அபி, எனக்கு புகல் இப்படி கட்டிலுக்கு அடியில இருந்தா எரிச்சலா இருக்கும். அதை இப்பவே உன் புக் ரேக்ல வைச்சிரு. பெட்ரூமுக்கும் ஹாலுக்கும் என்ன நாலு கிலோமீட்டரா இருக்கு?”

“அதெல்லாம் தெரியாது. நான் கட்டிலுக்கு கீழ்தான் வைப்பேன். அது பாட்டுக்கு இருக்கட்டும். உங்களுக்கு என்ன செய்யுது மம்மி? சும்மா தொணதொணங்காத்தீங்க” என்றாள் அபி.

அம்மா ஒன்றும் பேசவில்லை. அதன்பிறகு இரவு உணவின்போது அம்மாவின் முகம் சோகமாக இருந்தது அபிக்கு நினைவுவந்தது. ‘ச்சே! அம்மாவின் இதயச் சிறகுகளில் நாம் பெரிய கல்லைத் தூக்கி வைத்திருக்கிறோம்’ என்று வருந்தினாள்.

வீடு வந்ததும் அபி தன்னிடம் இருந்த சாவியை எடுத்து வீட்டைத் திறந்தாள். அம்மாவின் கண்களால் வீட்டை நோட்டமிட்டாள். கம்ப்யூட்டர் டேபிளில் ஹேர்க்ளிப் இருக்கிறது, சீப்பு இருக்கிறது. இது அம்மாவுக்குப் பிடிக்காது. அவற்றை எடுத்து அதனதன் இடத்தில் வைத்தாள். பெட்ரூமுக்குச் சென்று கட்டிலுக்குக் கீழே இருந்த புத்தகங்களை அடுக்கி புக் ரேக்கில் வைத்தாள்.

கட்டிலில் காய்ந்த துணிகள் கிடந்தன அம்மாவுக்கு இப்படி துணி மடிக்கப்படாமல் கட்டிலில் கிடந்தால் பிடிக்காது. அவற்றை மடித்து வைத்தாள். கிச்சனுக்கு வந்தாள். அங்கே பால் பாத்திரம் துலக்கப்படாமல் கிடந்தது. அம்மாவுக்கு இது பிடிக்காது. அதைத் தேய்ப்பதை எரிச்சலுடன் செய்வார். அபி பால் பாத்திரத்தைச் சுத்தமாகக் கழுவி வைத்தாள்.

இப்போது அபிக்கு பறக்கும் இதயம் பற்றித் தெரியும். யாருடைய இதயத்தின் சிறகுகளிலும் கல்லைக் கட்டாமல் இருக்கத் தெரியும். ‘என் இதயம் பறக்கட்டும், எனக்கு நெருங்கியவர்களின் இதயங்கள் பறக்கட்டும். எனக்கு அறிமுகமில்லாதவர்கள் இதயங்கள் கூடப் பறக்கட்டும்’ என்று நினைத்தபடி முகம் கழுவும்போது அபிக்குப் புத்துணர்வாக இருந்தது.

– விஜயபாஸ்கர் விஜய்



புதுமைப்பெண்களின் உயர்கல்வி!

‘கல்வியில்லாத பெண்கள் களர் நிலம்; அந்நிலத்தில் புல் விளைந்திடலாம்; நல்ல புதல்வர்கள் விளைதல் இல்லை’ என்று பெண்கல்வியை வலியுறுத்தியவர் பாவேந்தர் பாரதிதாசன். தமிழ்நாட்டில் பள்ளிக்கல்வி ஏறக்குறைய அனைத்துப் பெண்களுக்குமே எளிதாகக் கிடைக்கிறது என்றே சொல்லலாம். ஆனால் 11, 12ம் வகுப்புக்கு வரும்போது அவர்களின் இடைநிற்றல் எண்ணிக்கை அதிகமாகிறது. கல்லூரியளவில் என்று வரும்போது அந்த எண்ணிக்கை இன்னும் அதிகமாகவதைப் புள்ளிவிவரங்கள் சுட்டிக்காட்டுகின்றன. குறிப்பாகக் கிராமப் பகுதிகளிலேயே இந்த நிலை அதிகமாக உள்ளது.

பெண்கள் 12ம் வகுப்பை நிறைவு செய்யும்போது ஏறக்குறைய 18 வயதை எட்டிவிடுகின்றனர். இதனால் பெரும்பான்மையான கிராமப்புறப் பெற்றோர்கள், சட்டப்படியே தங்கள் பெண் பிள்ளைகளுக்குத் திருமணம் செய்துவிடலாம் என்கிற முடிவை நோக்கி நகர்கின்றனர். இதுதவிர பெண்கள் உயர்கல்வியை நோக்கி வராமலுக்குப் பொருளாதார நிலை, கல்வி நிலையங்களின் தூரம் போன்ற காரணங்கள் மிகக் குறைவாகவே முன்வைக்கப்படுகின்றன.

கடந்த காலங்களில் நடைமுறையில் இருந்த ‘மூவலூர் ராமாமிர்தம் அம்மையார் நினைவு திருமண நிதியுதவித் திட்டம்’, 12ம் வகுப்பு முடிந்த பெண்களை உடனடியாகத் திருமணத்தை நோக்கி நகர்த்தியதைப் பல கிராமப்புற மாணவிகள் குறிப்பிடுகின்றனர். ஆனால், தற்போது வழங்கப்படும் மூவலூர் ராமாமிர்தம் அம்மையார் உயர்கல்வி உறுதித் திட்டம், அவர்களை உயர்கல்வியை நோக்கி நகர்த்தியுள்ளது என்பதைப் புள்ளிவிவரங்களும் தெரிவிக்கின்றன.

பள்ளிக்கல்வியை முடித்துவிட்டுப் பட்டப்படிப்பில் சேரும் மாணவிகளுக்கு மட்டுமல்ல, பட்டயப் படிப்பு (பாலிடெக்னிக்), தொழிற்படிப்பு (ஐ.டி.ஐ) என உயர்கல்வியை நோக்கி வரும் பெண்கள் அனைவருக்குமே மாதம் ஆயிரம் ரூபாய் என்பது உயர்கல்வியில் பெண்களின் சேர்க்கை விகிதத்தை அதிகப்படுத்தியுள்ளதை இந்தக் கல்வியாண்டின் தரவுகள் வெளிப்படுத்துகின்றன. குறிப்பாகக் கிராமப்புற மாணவிகள் பலர் தங்கள் கல்விக்காக நகரங்களை நோக்கி வந்திருப்பதையும் அதில் பார்க்க முடிகிறது. மகளிருக்கான இலவசப் பேருந்துப் பயணத்

திட்டமும் இதில் பங்களித்துள்ளதாக மாணவிகள் குறிப்பிடுகின்றனர்.

திருவண்ணாமலை அரசுக் கல்லூரிக்கு, அருகாமையிலுள்ள கிராமங்களிலிருந்து 15, 20 கி.மீ பயணித்து மாணவிகள் படிக்க வருகின்றனர். அவர்களில் சிலரிடம் இத்திட்டம் குறித்துப் பேசியபோது, “எங்கள் கிராமத்திலிருந்து இரண்டு கி.மீ தொலைவில் உள்ள பள்ளியில் 12ம் வகுப்பை முடித்தோம். கல்லூரி படிக்க, 16 கி.மீ தூரத்தில் உள்ள திருவண்ணாமலைக்குத்தான் வர வேண்டும். எங்களில் இரண்டு பேர் மட்டுமே முதலில் இங்கு விண்ணப்பித்தோம். எங்கள் ஊரைச் சேர்ந்த என்னுடன் பயின்ற இன்னும் 6 மாணவிகள் கல்லூரியில் சேர விருப்பம் இருந்தும் அவர்களுடைய பெற்றோர் மாப்பிள்ளை பார்க்க ஆரம்பித்துவிட்டனர். ‘ஃபீஸ் 840 ரூபா தான், பஸ் ஃப்ரீயா விடுறாங்க, மாசம் ஆயிரம் ரூபாய் தராங்க’ன்னு பேசி எங்க ஊருல இருந்து எல்லாரும் இங்க சேர்ந்துட்டோம்” என்று மகிழ்ச்சியாகக் கூறினார். ஆனால் அவர்கள் கூறிய இன்னொரு செய்தி மிக முக்கியமானது. “இங்க சுத்துவட்டாரத்துல கிட்டத்தட்ட 100, 150 கிராமங்கள் இருக்குது. ஆனால் எல்லாருக்கும் இந்த ஒரேயொரு அரசுக் கல்லூரிதான் இருக்குது.”

அதிகமான கிராமப் பகுதிகளைப் புறநகராகக் கொண்ட நகரங்களைக்



கணக்கெடுத்து அந்தப் பகுதிகளில் கல்லூரிகள் நிறுவப்பட வேண்டியதன் தேவையை அவர்களின் குரல் வெளிப்படுத்துகிறது. இதுபோல வேறுசில பகுதிகளில் உள்ள மாணவிகளும் இத்திட்டம் குறித்துப் பேசியிருப்பதைச் செய்தித் தாள்களில் காண முடிந்தது.



வசதி இருப்பதால், கல்லூரி சென்று வரும் செலவும் இல்லை. தற்போது மாதம் அரசின் உதவித்தொகையாக ரூ.1,000 கிடைக்கும் என்பதால், எனக்கான நோட்டு, புத்தகங்கள் வாங்குவதற்கும் பிரச்சனை இல்லை. என் கல்லூரிப் படிப்பை தன்னம்பிக்கையுடன் படிக்கிறேன். எங்கள் குடும்பத்தில் முதல்பட்டதாரிப் பெண்ணாக நான் இருப்பேன்” என்று மகிழ்ச்சியுடன் விவரிக்கிறார் மகாலட்சுமி.

திருவள்ளூர் மாவட்டத்தைச் சேர்ந்தவர் மகாலட்சுமி. இவருடைய பெற்றோர் விவசாயிக்கூலிகளாக உள்ளனர். கல்விக்கு அவர்கள் செலவழிக்க முடியாத நிலையில், கடந்த ஆண்டு தமிழ்நாடு அரசு அறிவித்த புதுமைப்பெண் திட்டம் தனக்குக் கைகொடுத்தது என்கிறார் மகாலட்சுமி.

மகாலட்சுமியைப் போல, புதுமைப் பெண் திட்டத்தால் முதல் கட்டமாக 1,16,342 மாணவிகள் கடந்த ஒரு வருடமாகப் பயனடைந்து வருவதாகவும், இரண்டாம் கட்டத்தில் மேலும் 1,04,347 மாணவிகள் பயன்பெறுவார்கள் என்றும் சமூகநலத்துறை அதிகாரிகள் தெரிவிக்கின்றனர்.

“பெற்றோர் இருவரும் விவசாயிக்கூலியாக இருப்பதால், அவர்களின் தினசரி வருமானத்தை நம்பிதான் எங்கள் அன்றாட வாழ்க்கை அமைந்திருக்கும். இதில், கல்லூரிப் படிப்பு, அதுவும் மூன்று ஆண்டுகளுக்குச் செலவாகும் பணத்தைப் பெற்றோர் கட்டமுடியுமா என்ற சந்தேகம் இருந்தது. நானும் அவர்களுக்குப் பாரமாக இருக்கக்கூடாது என்று நினைத்தேன். 12ம் வகுப்பில் 600க்கு 411 மதிப்பெண்கள் எடுத்ததால், எனக்கு அரசு கல்லூரியில் இடம் கிடைத்தது. இலவசப் பேருந்து

மகாலட்சுமி குறிப்பிடும் திருவள்ளூருக்கு அருகாமையிலும் ஏராளமான கிராமப் பகுதிகள் உள்ளன. இங்கும் அரசுக் கல்லூரி என்றால், திருத்தணிக்குச் சென்று பயில வேண்டும், இல்லையேல் சென்னைக்கு வர வேண்டும் என்கிற நிலையே உள்ளது.

மயிலாடுதுறை மன்னம்பந்தல் ஏவிசி கல்லூரியில் இளங்கலை 3ம் ஆண்டு பயிலும் மாணவி மு.கயல்விழி, “குடும்பத்தில் உள்ள 3 பெண்களில் முதலாவது பெண்ணாகப் பிறந்த எனக்கும், என்னைப் போன்ற வறுமைக் கோட்டுக்குக் கீழே உள்ள மாணவிகளுக்கும் இத்திட்டத்தின் மூலம் கிடைக்கும் தொகை மிகவும் உபயோகமாக இருக்கும். இந்தத் தொகையைக் கல்விக்காகச் செலவழித்து என் லட்சியப்படி ஆட்சியராக ஆவேன்” என்று கூறுகிறார்.

புதுமைப்பெண் திட்டத்தின் மூலம் தமிழ்நாட்டில் பெண்களின் உயர்கல்வி சேர்க்கை 27 சதவிகிதம் வரை உயர்ந்துள்ளதாக அரசு தெரிவிக்கிறது. அதிகமான கிராமங்களைப் புறநகராகக் கொண்டிருக்கும் நகரங்கள் கணக்கிலெடுக்கப்பட்டு ஆங்காங்கே புதிய கல்லூரிகள் தொடங்கினால் இது இன்னும் உயரும்.

கிராமங்களிலிருந்து கல்லூரிப் படிப்பிற்காகப் பெண்கள் நகரங்களை நோக்கி வரும்போது, நகரங்களின் பாலினச் சமத்துவம் அவர்கள் மீது நிச்சயமாகத் தாக்கம் செலுத்தி, ஆண் - பெண் சமத்துவம் வளரும். அதேபோல நகர்ப்பகுதிகளில் உள்ள ஆண் - பெண் விகிதமும் மாறுதலுக்கு உள்ளாகும். இதனால் நகரங்களின் தன்மையும் மாறும். பெண்களின் உயர்கல்வியும் முன்னேற்றம் அடையும்.

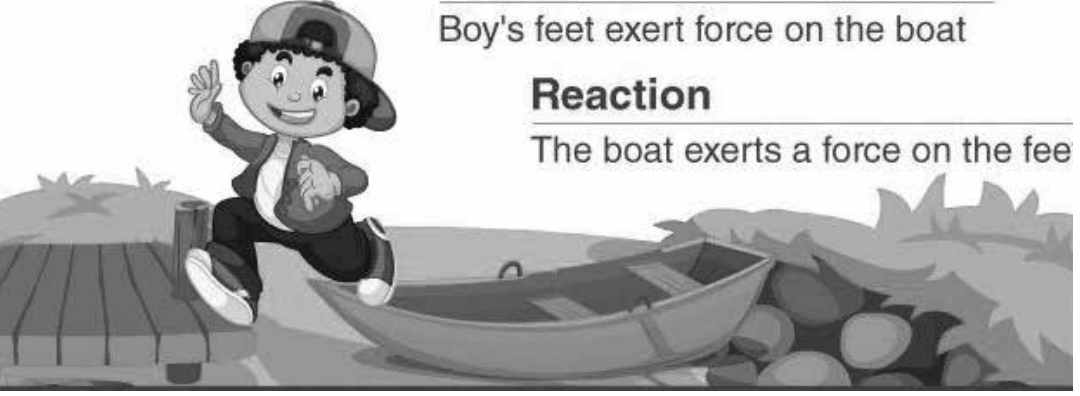


Action

Boy's feet exert force on the boat

Reaction

The boat exerts a force on the fee



இது நியூட்டன் விதி இல்லை!

எப்படி 'புரட்சி' என்ற வார்த்தையின் வீரியத்தை நம்மூர் திரைப்படத்துறையினர் குறைத்துவிட்டார்களோ, அப்படி பொதுமக்களாகிய நாம் அனைவரும் முடிந்தளவுக்கு வீரியம் குறைக்கும் ஒரு காண்பெய்தான் நியூட்டனின் மூன்றாம் இயக்க விதி (Newton's Third Law of Motion).

முதலில் இதை 'நியூட்டனின் மூன்றாம் விதி' (Newton's Third Law) என்று மொட்டையாகக் குறிப்பிடக் கூடாது. இதை நியூட்டனின் மூன்றாம் இயக்க விதி (Newton's Third Law of Motion) என்றுதான் முழுமையாகக் குறிப்பிட வேண்டும். இப்படி நீங்கள் குறிப்பிட்டால், அது இயற்பியலுக்குச் செய்யும் முக்கியமான நன்மை.

இரண்டாவது, தவறான உதாரணங்களுக்கு இதைச் சுட்டிக் காட்டுவதைத் தவிர்ப்பது! உதாரணமாக, ஒருவரை அடிக்கிறோம். அவர் பதிலுக்கு நம்மை அடிக்கிறார் என்றால், அதை நியூட்டனின் மூன்றாம் இயக்க விதி என்று சொல்லுதல் தவறு என்று புரிந்துகொள்ள வேண்டும். நாம் ஒரு செயலைச் செய்கிறோம். அதற்காக ஏற்படும் பதில் விளைவுகள் (consequences) Newton's Third Law of Motion என்று புரிந்துகொள்ளுதல் தவறு.

வழக்கமான தமிழ் சினிமாவில் வில்லன் வந்து நாயகனின் அப்பாவை அழிக்கிறான். நாயகன் வளர்ந்து வந்து வில்லனை அழிக்கிறான். அதையும் நியூட்டனின் மூன்றாம் விதி என்பதாகக் குறிப்பிடக்கூடாது.

அப்படியானால் Newton's Third Law of Motion என்றால் என்ன? 'To every action, there is an equal and opposite reaction' என்பதுதான் அந்த விதி. அதாவது, ஒரு பந்தை நீங்கள் தூக்கி எறியும் அதே 'விநாடிக்குள் விநாடி' கால அளவில் பந்தும் உங்களை எதிர்திசையில் தூக்கி எறியும் என்று புரிந்து கொள்வதுதான் நியூட்டனின் மூன்றாம் இயக்க விதி. அது உடனடியாக நடக்கும் ஒரு நிகழ்வு.

அதை இன்னும் சரியாகப் புரிந்துகொள்ள, இந்தப் படத்தில் உள்ள படகு உதாரணத்தைப் பார்க்க வேண்டும். ஒரு படகிலிருந்து கரைக்குத் தாவும்போது நம் கால்கள் படகில் கொடுக்கும் அதே விசைக்கு, எதிர் விசையைப் படகு நம் கால்களுக்குக் கொடுக்கும். அந்த உதாரணத்தைத் திரும்பத் திரும்ப உணர்வுப்பூர்வமாகப் புரிந்துகொண்டால் Newton's Third Law of Motion ஐ புரிந்துகொள்ளலாம்.

மற்றபடி நீங்கள் பாலை ப்ரிட்ஜில் வைக்க மறந்த Actionக்கு, பால் திரிந்துபோகும் நிகழ்வை (Reaction) எல்லாம் நியூட்டனின் மூன்றாம் இயக்க விதிக்கு உதாரணமாக சொல்லக்கூடாது.

குறிப்பாக எழுத்தாளர்கள், சினிமாவுக்கு வசனம் எழுதுபவர்கள், ஊடகத்துறையினர் அனைவருக்கும் இந்த Newton's Third Law of Motion பற்றிய விழிப்புணர்வு வேண்டும். சும்மா சும்மா காரணம் இல்லாமல் நியூட்டனின் மூன்றாம் இயக்க விதியை அனைத்துக்குமே தவறான உதாரணமாக சொல்லிக் கொண்டிருந்தால், அது மக்களிடையே ஒரு தவறான கருத்தாக மாறி அறிவியல் வீரியத்தைக் குறைக்கும்.

– விஜயபாஸ்கர் விஜய்

படிப்பு, வேலை, தொழில், வியாபாரம், வாழ்க்கை என்று எதிலும் ஒருவரை முன்னேறவிடாமல் தடுப்பது சோம்பல்தான். சோம்பல் ஏற்பட ஏழு காரணங்கள் இருக்கின்றன. அவற்றைத் தவிர்த்தால் எளிதாக ஜெயிக்கலாம்.

● ‘இப்போது என்ன செய்வதென்று தெரியவில்லை’ என்று குழப்பமாகத் தடுமாறி நிற்பது ஒரு காரணம். ஒரு செயல் நாம் எதிர்பார்த்த விளைவுகளைத் தராதபோது இப்படி குழப்பமும் பயமும் ஏற்படும். தடுமாற்றம் இல்லாமல் செயலைத் தொடர்வதே நல்லது. ஏன் பின்னடைவு ஏற்பட்டது என்பதைக் கண்டுபிடித்து, தவறுகளைத் திருத்திக்கொள்ளலாம்.

● படிக்க வேண்டிய புத்தகம், செய்ய வேண்டிய வேலை என்று எதையும் பார்த்து மலைத்துப் போய், ‘என்னால் இது முடியாது’ என்று பயந்து முடங்குவதும் சோம்பலில் ஒரு ரகம். உண்மையில் உங்கள் திறன் உங்களுக்குத் தெரியாது. ஒரு செயலைச் செய்ய ஆரம்பித்தால், நீங்களே எதிர்பார்க்காதபடி உங்கள் மனம் அதில் ஈடுபாடு காட்டும். ‘என்னால் முடியாது’ என்ற மனத்தடையை மட்டும் நீங்கள் அகற்ற வேண்டும், அவ்வளவுதான்!

● ‘இதை நான் தப்பாகச் செய்துவிடுவேன், தோற்றுப் போவேன். மற்றவர்கள் கிண்டல் செய்வார்கள்’ என்ற தயக்கம் பலரைச் செயல்படவிடாமல் தடுக்கிறது. ஒரு செயலைச் செய்யச் செய்யத்தான் அனுபவம் கிடைக்கும். தவறுகள், தோல்விகளிலிருந்து கற்றுக்கொண்டே அனுபவம் பெற முடியும். அவமானங்கள் பற்றிக் கவலைப்படாமல் இருந்தால்தான் வளர்ச்சி கிடைக்கும்.

● கொஞ்சம் உழைத்தாலே களைப்பாகி, ‘என்னிடம் எனர்ஜியே இல்லை, ரொம்பச் சோர்வாக இருக்கிறது’ என்று சுருண்டு விடுவார்கள் பலர். ‘இன்னும் ஒருமுறை செய்து பார்க்கலாம்’ என்று மன உறுதியுடன் செயலில் இறங்கினால் நிச்சயம் உங்களால் முடியும்.

தேவையான எனர்ஜியும் உற்சாகமும் உங்களுக்குள் நிறைய இருக்கின்றன.

● ‘எது நடந்தாலும் எனக்குக் கவலை இல்லை’ என்ற அலட்சியம் பலரின் சோம்பலுக்கு முக்கியமான காரணம். ஆனால், அப்படி அலட்சியமாக இருக்கக்கூடாது. உங்களைச் சுற்றி என்ன நடந்தாலும், அதன் விளைவுகள் உங்களைப் பாதிக்கும். நீங்கள் விரும்பும் விஷயங்கள் குறித்துக் கவலைப்படுகிறீர்கள் அல்லவா? படிப்பு, வேலை, தொழில் என்று எதையும் விரும்பிச் செய்யுங்கள். அவைதான் உங்கள் வாழ்க்கையை மாற்றப் போகின்றன. விரும்பிச் செய்யும்போது விளைவுகள் குறித்துக் கவலை வந்துவிடும். உற்சாகமாகச் செயல்படுவீர்கள்.

● ‘தாமதமாகிவிட்டது, இதற்கு மேல் இதைச் செய்து ஒரு பலனும் அடைய முடியாது’ என்று பின்வாங்குவது சோம்பலின் ஒரு வகை. ‘ஒரு மரக்கன்றை நடுவதற்கு மிகச்சிறந்த தருணம் 20 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு. இரண்டாவது சிறந்த நேரம் இப்போது’ என்று ஒரு பொன்மொழி உண்டு. இழந்த வாய்ப்புகளையும், கடந்துவிட்ட நேரத்தையும் நினைத்து வருந்தாமல், இப்போது செயலில் இறங்கினாலும் வாய்ப்பை வசப்படுத்தலாம்.

● ‘நான் ஒரு சோம்பேறி’ என்று சிலர் தங்களுக்கு முத்திரை குத்திக்கொள்வார்கள். சோம்பேறியாக யாரும் பிறப்பதில்லை. அது செயல்பாட்டின் வெளிப்பாடுதான். எந்த நிமிடத்தில் நீங்கள் முடிவெடுத்தாலும், சுறுசுறுப்பான மனிதராக மாற முடியும்.

சோம்பலைத் தவிர்த்துக் கூடிய வழிகள்!



ஸ்வரூட்ஸ் மேல்நிலைப்பள்ளி
SCHWARTZ HIGHER SECONDARY SCHOOL
ESTD 1785 RAMNAD

ஜனநாயகக் கல்வியை விதைத்த முதல் பொதுப்பள்ளி!

சங்க காலத் தமிழ் மண்ணின் கல்வி பற்றிப் பலவிதமான கருதுகோள்கள் உண்டு. வடமொழிவாதிகள் 'குருகுலம்' என்கிற தமது சநாதனக்கல்வி எவ்வளவு புனிதமானது என்றும், அதில் 'அது இருந்தது, இது இருந்தது' என்றும் பிரஸ்தாபிப்பது போலத் தமிழர்களின் சங்க காலக் கல்வியை நாம் புனிதப்படுத்துவது இல்லை. சங்க இலக்கியங்கள் மற்றும் நமக்குக் கிடைத்திருக்கும் அரிய கல்வெட்டுகள் மற்றும் தொல் ஆய்வுகளின் அடிப்படையில் அக்கால சேர, சோழ, பாண்டியர்களின் கல்வி குறித்த அணுகுமுறை தெரியவருகிறது. அக்காலக் கல்வி முறைப்படுத்தப்படாத ஒன்று, ஆனால் சிறப்பானது.

விருப்பமுள்ள யாவருக்கும் கல்வி உண்டு, பாலினப் பாகுபாடுகூடக் கிடையாது என்பதற்கு சாட்சியங்கள் கிடைத்துள்ளன. கணக்காயர் என்போர் இருந்தனர். சங்ககாலத்திற்குப் பிறகு உவாத்யாயர் - ஆசிரியர் என்போர் கற்றறிந்த அறிஞர். அவர்கள் தம் விருப்பப்படி தமது மாணவர்களைத் தெரிவுசெய்து கல்வி அளித்தார்கள். கற்றறிந்த மாணக்கர் 'குலபதி' என்றழைக்கப்பட்ட காலம் அது.

ஆ ரி ய ர் க ளி ன் ப டையெடுப்பும் பிராமணர் க டையும் ஏற்பட்ட பிந்தைய காலத்தில் அனைவருக்கும் கல்வி என்பது மறைந்துபோனது.

சங்க காலத்தில் ஊருக்கு ஒரு கணக்காயர் இருந்தார். கணக்காயர் என்பது தனிச் சாதி கிடையாது. கணக்கு என்றால் நூல். பதினெண்கீழ்க்கணக்கு, மேல்கணக்கு என்றெல்லாம் வருகிறதே... அந்த நூல்களை மாணாக்கர்களுக்குச் சொல்லித் தருபவர் கணக்காயர். சங்கப்புலவர் நக்கீரரின் தந்தை 'மதுரை கணக்காயர்' என்பவர். இவர் மதுரையின் ஈடுஇணையற்ற நூல் கற்பிப்பாளராக இருந்தமையால் இயற்பெயரே மறைந்து 'மதுரை கணக்காயர்' என்றே பெயராகிவிட்டது. அதேபோலச் சங்க இலக்கியங்களில் கூரைக் கணக்காயர், கணக்காயனார் தத்தனார் என்றெல்லாம் புலவர்கள் பெயர் வருகிறது.

'ஆசிரியரே பாடப்புத்தகம்' என்பது தமிழ் மரபு. 'பாடமே ஒதிப் பயன்தெரிதல் தேற்றாத மூடர்' என்று மனப்பாடம் செய்பவரை நாலடியார் செய்யுள் தூற்றுகிறது. 'கற்றதாவும் இன்றிக் கணக்காயர் பாடத்தால் பெற்றதாம் பேதையார் சூத்திரம்' என்று கணக்காயர் எனும் ஆசிரியரின் மூல பாடத்தை நாலடியார் விளக்குகிறது. ஆனால் இப்படிப்பட்ட கல்வி அழிக்கப்பட்டது. வர்ணாசிரமமும் மனுதர்மமும் நம் தமிழ் மண்ணை இடையில் முற்றிலும் சின்னாபின்னப்படுத்திவிட்டன. 'ஏட்டினைப் பெண்கள் தொடுவது பாவம்' என்றார்கள். 'பண்டிதனாவது சூத்திரனுக்கு இல்லை, குருவின் குலத்திற்கே கல்வி'

தமிழகப்
பொதுக்கல்விப்
பேராளிகள்

3

ஆயிஷா. இரா.நடராசன்

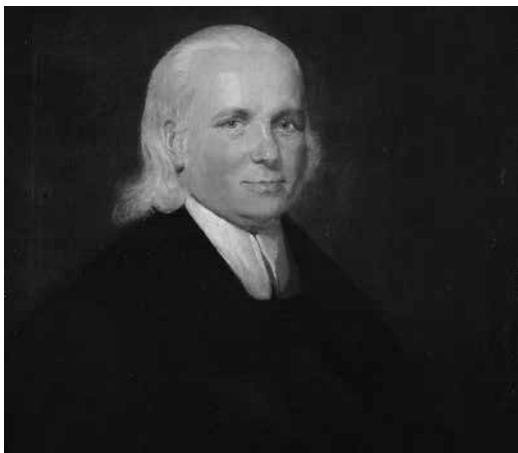
என்றெல்லாம் நடைமுறையாக்கினர். 'சமஸ்கிருதமே மேதமை' என்று போற்றி, தமிழ் மொழியை 'நீச பாஷை' எனத் தூக்கி எறிந்தது ஒரு கூட்டம். விரும்பும் யாவரும் கல்வியறிவு பெறலாம் என்று இருந்ததைச் சாதிய அடுக்குகளுக்கு உட்படுத்திச் சிதைத்தார்கள்.

இந்தச் சூழலை மாற்றி அனைவருக்குமான பொதுக் கல்வியைப் போராடிப் பெற்றுக்கொடுத்தவர்களில் கிறிஸ்டியன் ஃபிரடெரிக் ஸ்வார்ட்ஸ் முதன்மையானவர். அவர் அந்த 1760களில் நம் கல்வியில் தலையிடாமல் போயிருந்தால், பொதுப்பள்ளி என்கிற ஒன்று எப்படி இருக்கும் என்பதே நமக்குத் தெரியாமல் போயிருக்கும்.

ஸ்வார்ட்ஸ் ஜெர்மானியர். தற்போது சர்வதேச அளவில் புத்தகக் கண்காட்சி நடத்துவதில் பெயர்பெற்ற பிராங்க்பர்ட் பகுதியில் பிறந்தார். இளம் வயதிலேயே லத்தீன் மற்றும் ஹீப்ரு மொழிகளில் தேர்ச்சி பெற்றார். தனது இருபதாவது வயதில் ஹாலே பல்கலைக்கழகத்தில் உயர்கல்விக்காக இணைந்தார். அங்கு மெட்ராஸ் கிறித்துவ மிஷனின் ஹீல்ஸ் என்பவரைச் சந்தித்தார். தமிழ் மொழியில் பைபிளை மொழிபெயர்க்க முயற்சி செய்து கொண்டிருந்த ஹீல்ஸிடம் நட்புகொண்டு தமிழைக் கற்றார். அந்த மொழிபெயர்ப்பில் ஸ்வார்ட்ஸ் பல உதவிகளைச் செய்தார்.

இதைத் தொடர்ந்து தமிழ்நாட்டிற்கு வரவேண்டும் எனும் விருப்பம் அவருக்கு ஏற்பட்டது. ஆங்கில மொழி கற்க இங்கிலாந்து சென்றார். 1749-ல் கோபன்ஹேகன் திருச்சபை அவரை ஏற்றது. தீவிர முயற்சிக்குப் பிறகு 1750-ல் தனது 24வது வயதில் அவர் தரங்கம்பாடி வந்து இறங்கினார். தொடக்கத்தில் தரங்கம்பாடியே ஸ்வார்ட்ஸ் அடிகளாரின் தலைமையகமாக இருந்தது. அவர் தஞ்சைக்கும் திருச்சிக்கும் அடிக்கடி செல்வார்.

அப்போது பிரிட்டிஷ் கிழக்கிந்தியக் கம்பெனி நம் மண்ணை ஆக்கிரமிக்க தனக்கென்று ஒரு



ராணுவத்தைக் கட்டமைத்து நம் மண்ணிலேயே துப்பாக்கிகளுக்கு குண்டுகள் தயாரிக்கும் கிடங்குகளைக் கொண்டிருந்தது. அப்படி திருச்சிக்கு அருகே திருவெறும்பூரில் இருந்த ஒரு வெடிமருந்துக் கிடங்கில் 1761-ல் கொடிய வெடிவிபத்து ஒன்று ஏற்பட்டது. அதில் ஏராளமான பிரிட்டிஷ் வீரர்களும் அவர்களது மனைவியரும் உடல் சிதறி இறந்தனர். 14 குழந்தைகள் மட்டுமே பிழைத்தனர். அந்த பிரிட்டிஷ் சிறுவர், சிறுமியரை நாட்டுக்குத் திருப்பி அனுப்புவது பெரிய செலவு பிடித்ததாக இருந்ததால், அதைக் கிழக்கிந்திய கம்பெனி செய்யவில்லை. மீதமிருந்த பிரிட்டிஷ் ராணுவ அதிகாரிகள் அவர்களை அடிமைகளாக்கித் துடித்தனர். இதைக் கண்ட ஸ்வார்ட்ஸ், அந்தக் குழந்தைகளை விடுதியில் தங்கவைத்து கல்வி அளித்திட திருச்சியில் தொடங்கியதுதான் பிஷப் ஹீப்ரர் பள்ளி.

அந்தப் பள்ளியைத் தொடங்கிய 1763-ல் மற்றொரு கோர விபத்து திருச்சி ராணுவ வெடிமருந்து கிடங்கில் ஏற்பட்டது. அதில் கிழக்கிந்தியக் கம்பெனி ராணுவத்தில் பணிபுரிந்த பல இந்திய வீரர்கள் உடல் சிதறிப் பரிதாபமாக இறந்தனர். உள்ளூரில் அநாதையாக்கப்பட்ட அவர்களின் பிள்ளைகளுக்காக ஒரு பள்ளியைத் தொடங்க ஸ்வார்ட்ஸ் முடிவு செய்தார். ஆனால், 'பள்ளர், பறையருக்குப் பள்ளியா' என்று எதிர்ப்பு கிளம்பியது. அந்தப் பள்ளியை அமைக்க தஞ்சையின் மன்னர் ராஜா துல்லாஜியின் ஆதரவு அவருக்குக் கிடைத்தது.

ஸ்வார்ட்ஸுக்குத் தஞ்சை மன்னரோடு இருந்தது விசித்திர நட்பு. சரளமாகத் தமிழ் பேசி, லத்தீன், கிரேக்கம், ஹீப்ரு, சமஸ்கிருதம், உருது, பாரசீகம், மராத்தி, தெலுங்கு என்று பல மொழிகளிலும் விற்பன்னராக இருந்த ஸ்வார்ட்ஸ் அடிகளார், ராஜா துல்லாஜிக்கு ஓர் அதிசயப் பிறவியாகவே தோற்றமளித்தார். ஜெர்மானிய லூதரன் திருச்சபைவாதியான ஸ்வார்ட்ஸ், வெடிமருந்துக் கிடங்கு விபத்தில் உயிர்நீத்த பிரிட்டிஷ் ராணுவ வீரர்களுக்கு இறுதிச்சடங்கு செய்ததால் ஏற்கனவே கிழக்கிந்தியக் கம்பெனியின் ஆதரவு பெற்றிருந்தார். ஆற்காடு நவாப் 1773-ல் தஞ்சையைத் தாக்கிக் கைப்பற்றியபோது காயம்பட்டவர்களுக்கு எந்தப் பாரபட்சமும் பார்க்காமல் மருத்துவ உதவி புரிந்த ஸ்வார்ட்ஸ், மக்கள் மனதில் நீங்கா இடம் பிடித்தார். தப்பிப்பிழைத்த ராஜா துல்லாஜி, தன் மகன் சரபோஜிக்கு ஆசானாக இருக்குமாறு ஸ்வார்ட்ஸை வேண்டினார். ராஜா துல்லாஜி அதன்பின் ஸ்வார்ட்ஸின் மக்கள் சேவைக்குத் தன் முழு ஆதரவை நல்கினார்.

1776-ல் ஸ்வார்ட்ஸிடம் பிரிட்டிஷார் ஒரு விநோதமான வேண்டுகோளை முன்வைத்தனர்.

அந்தக் காலகட்டத்தில் அவர்கள் மைசூருடனான போரில் கடும் பின்னடைவைச் சந்தித்து வந்தனர். ஸ்வார்ட்ஸ் அடிகளார் அவர்கள் சார்பில் மைசூரின் அரசர் ஹைதர் அலியிடம் தூதுசெல்ல வேண்டும் என்பதே அந்த வேண்டுகோள். இந்தச் சூழலைப் பயன்படுத்தி ஸ்வார்ட்ஸ் அடிகளார் பொதுப்பள்ளி கட்டிட ஐந்து ஏக்கர் நிலம் கேட்கிறார். அப்படி உருவானதுதான் ஸ்வார்ட்ஸ் பள்ளி. ராமநாதபுரத்தில் அமைந்த பொதுப்பள்ளி. கல்விப் பணியே பிரதானப் பணியாக ஏற்ற ஸ்வார்ட்ஸ் அடிகளாருக்கு அனைத்து வகை அதிகார அமைப்புகளின் ஆதரவும் இருந்தது. ஹைதர் அலி தமிழகத்தின் மீது படையெடுத்து வந்தபோதும் போரில் காயமடைந்தோர், இறந்தோர்க்குப் பணிசெய்ய ஸ்வார்ட்ஸ் அடிகளாரைத் தடையின்றி அனுமதித்தார்.

ஸ்வார்ட்ஸ் அடிகளார் அமைத்த பள்ளிகள்தான் தமிழகத்தின் கல்வி மறுமலர்ச்சியைச் சாதித்தன. அவற்றின் ஜனநாயகத் தன்மை போற்றத்தக்கது. அங்கே அனைத்துக் குழந்தைகளும் சம உரிமையுடன் கல்வி கற்றனர். இளவரசர் சரபோஜியைப் பத்து வயது முதல் ஆசானாக இருந்து வளர்த்து, அவர் அறிவார்ந்த தஞ்சை மன்னராக ஆக உதவிய ஸ்வார்ட்ஸ் அடிகளார், திருச்சி, தஞ்சை, ராமநாதபுரம் என்று கட்டமைத்து உருவாக்கிய பள்ளிகளிலேயே ஆசிரியர்

பயிற்சிக்கூடங்களையும் நடத்தினார். உண்மையில் ஸ்வார்ட்ஸ் பள்ளிகள்தான் பிரிட்டிஷாரின் கல்விக்கான வழித்தடங்களை உருவாக்கின.

அந்த 1700களில் பிரிட்டனில்கூட முறையான கல்வி கிடையாது. டென்மார்க்கும் ஜெர்மனியும் ஓரளவு சாதித்திருந்தன. தனது ஸ்வார்ட்ஸ் பள்ளித்திட்டம் மூலம் ஜெர்மானியக் கல்வியின் அடித்தளங்களைத் தமிழகத்தில் விதைத்தவர் ஸ்வார்ட்ஸ். வகுப்பு வாரியாகப் பாடத்திட்டங்களை முதன்முதலில் வகுத்துக்கொடுத்தவர் அவர். முதல் ஃபாரம் என்பதே தற்போதைய ஆறாம் வகுப்பு. ஆறாம் ஃபாரம் வரை அவரது பள்ளிகளில் வயது வாரியாக மாணவர்கள் எந்தப் பேதமும் இன்றிச் சேர்க்கப்பட்டார்கள்.

தமிழகத்தில் தனது வாழ்நாளின் 38 ஆண்டுகளைக் கழித்து இந்த மண்ணிலேயே இறந்துபோன ஸ்வார்ட்ஸ் அடிகளார் விட்டுச்சென்ற கல்விப்பணி மகத்தானது. 1770களில் பள்ளி இறுதிப்படிப்பு முடித்தால் 'ஆறாம் ஃபாரம் முடித்தவர்' எனும் சான்றிதழை முதலில் வழங்கியது ஸ்வார்ட்ஸ் அடிகளார்தான். அவர் கட்டிய ராமநாதபுரம் ஸ்வார்ட்ஸ் பள்ளியின் பிற்கால மாணவர்களில் ஒருவர்தான் முன்னாள் ஜனாதிபதி ஏ.பி.ஜே. அப்துல் கலாம் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது. ●

உங்கள் வீட்டுக்கே வர வேண்டுமா?



சந்தாதாரர் ஆகுங்கள்!

பெயர்			
முகவரி			
தொலைபேசி		அலைபேசி	
மின்னஞ்சல்			

- டிக் செய்யவும்
- ஓர் ஆண்டு ரூ.240
 - இரண்டு ஆண்டுகள் ரூ.450

இப்படிவத்தை நிரப்பி செக் / டி.டி.யுடன் கீழ்க்காணும் முகவரிக்கு அனுப்பவும்:

யாதும்
 தரு மீடியா (பி) லிட்.,
 10/55, ராஜா தெரு, மேற்கு மாம்பலம்,
 சென்னை - 600 033.
 போன்: 99529 20801
 email: contactyadhum@gmail.com

25 வயதுக்குள் கற்றுக்கொள்ளுங்கள்!

கல்வியை முடித்து வேலைக்குச் செல்லும் பருவத்துக்குள் சில வாழ்க்கைக் கலைகளைக் கற்றுக்கொள்வது நல்லது. வேலைக்குச் சென்றாலும், சொந்தமாகத் தொழில் செய்தாலும், இந்தக் கலைகள் உங்களின் முன்னேற்றத்துக்கு உதவும். வாழ்க்கையைச் சிக்கல் இல்லாமல் வாழவும் வழிகாட்டும். அனுபவங்கள் மூலம் கற்றுக்கொள்ள வேண்டிய பாடங்கள் இவை:

◆ நம்மைச் சுற்றியிருக்கும் எல்லா மனிதர்களும் தங்களைப் பற்றிய கனவுகள் மற்றும் சிந்தனைகளுடன்தான் வாழ்கிறார்கள். உங்களின் வாழ்க்கை பற்றி அவர்கள் ஓரளவுக்கு மேல் அக்கறை காட்ட வாய்ப்பில்லை. அவர்களைத் தூண்டிவிட்டு உங்களுக்காக ஓர் உதவி கேட்பதோ, உங்களுக்காக ஒரு வேலையைச் செய்யச் சொல்வதோ சாமர்த்தியமான செயல். அவர்களைப் பாராட்டியோ, புகழ்ந்தோ காரியம் சாதிக்கப் பாருங்கள்.

◆ சில தருணங்களில் உங்களைத் தற்காத்துக்கொள்ளச் சண்டை போட வேண்டியிருக்கும். யாருடன் சண்டை போடுவது, எதற்காகச் சண்டை போடுவது, உங்களின் நியாயத்தை எப்படி உணர்த்துவது என்று உணர்ந்து செயல்பட வேண்டும். அதற்காக யாரையும் வெறுக்காதீர்கள். அந்தத் தருணத்துடன் அந்தச் சண்டையை மறந்துவிடுங்கள்.

◆ சில இடங்களில் ஒன்றும் தெரியாதவர் போல இருக்க வேண்டும். சில இடங்களில் உங்களுக்குத் தெரிந்த எல்லாவற்றையும் வெளிப்படுத்த வேண்டும். சில நண்பர்களிடம் மனம் திறந்து பேசலாம், சில இடங்களில் ரகசியங்களைச் சொல்லக்கூடாது. எங்கு, எப்படி நடக்க வேண்டும்... யாரிடம் என்ன பேச வேண்டும் என்று 'பழகும் கலை' அறியுங்கள்.

◆ மற்றவர்கள் பற்றி அறிவதற்கு முன்பாக நாம் நம்மைப் பற்றி அறிய வேண்டும். அதற்கு, நியாயமான சுய விமர்சனம் செய்துகொள்ள வேண்டும். நம் பலம் என்ன, பலவீனம் என்ன, என்னென்ன பழக்கங்களை நாம் கைவிட வேண்டும், எப்படிப்பட்ட மனிதராக மாற வேண்டும் என்று தெளிவாக அறிவது நம் உயர்வுக்கு உதவும்.

◆ எதையும் கேள்வி கேட்பது, சந்தேகப்படுவது, அதிகம் அறிந்துகொள்ள முற்படுவது, நம் வளர்ச்சிக்கான முதல் படி. யார் எதைச் சொன்னாலும் அதற்கான ஆதாரம் தேடுங்கள். விருப்பு வெறுப்புகள் இல்லாமல் அதைப் பற்றி அலசிப் பாருங்கள். அது நமக்கு எந்த வகையில் பயனுள்ளது என்று பார்த்து ஏற்றுக்கொள்ளுங்கள்.

◆ பேசுவது ஒரு கலை. ஒரு விஷயத்தை எப்படிப் பேசுவது, எப்போது பேசுவது, யாரிடம் பேசுவது என்பது பேச்சின் அடிப்படை இலக்கணம். தேவையற்ற விவாதங்களைத் தவிர்ப்பது நம் நேரமும் சக்தியும் வீணாவதைத் தடுக்கும். தேவையான இடங்களில் பேசுவது, நம்மைப் பற்றி மற்றவர்களுக்கு உணர்த்த உதவும்.

◆ வெற்றியைக் கொண்டாடவும், தோல்வியில் சோகமடையவும் எல்லோரும் பழகியிருப்பார்கள். ஆனால், சில வெற்றிகளில் பிரச்சனைகளும் மறைந்திருக்கும். சில தோல்விகளில் அனுபவங்களும் கிடைக்கும். வெற்றியையும் தோல்வியையும் ஒரே மாதிரி மனநிலையுடன் அணுகுவதற்குக் கற்றுக்கொள்ளுங்கள். அவை தரும் பாடங்களை மறக்காதீர்கள். ●





தூண்டல் பட்டறை!

விதை மாணவர்களின் திறன் மற்றும் திறமைகளை மேம்படுத்துவதற்காக அகரம் பயிற்சிப் பட்டறை தொடர்ந்து செயல்பட்டு வருகிறது. இக்குழுவின் சார்பாக முதலாண்டு பயிலும் விதை மாணவர்களுக்கு சென்னை சத்யபாமா நிகர்நிலைப் பல்கலைக்கழகத்தில் இரண்டு நாட்கள் பயிற்சிப் பட்டறை நடந்தது. முதல் நாளில் 'நான் யார், எண்ணம், செயல்' பற்றிக் கலந்துரையாடல் நடத்தப்பட்டது. மறுநாள் ஒருவருக்கொருவர் பழகவும் உரையாடவும் சில பொழுதுபோக்கு அமர்வுகள் நிகழ்ந்தன. அடுத்து மனதைக் கவரும் பல்வேறு வேடிக்கைகள் திறந்தவெளி அரங்கில் நடத்தப்பட்டன. வளர் இளம் பருவத்தில் நிகழும் மாற்றங்கள் மற்றும் விழிப்புணர்வுடன் அதன் தாக்கத்தை எதிர்கொள்வது பற்றி விவரிக்கப்பட்டது. சமூக விழிப்புணர்வின் முக்கியத்துவம் மற்றும் பொறுப்புகளை மாணவர்களுடன் பயிற்சியாளர்கள் பகிர்ந்துகொண்டனர். பெற்றோர்களுக்குக் கல்வியைப் பற்றிய முக்கியத்துவம் உணர்த்தப்பட்டது. அதனைத் தொடர்ந்து ஒவ்வொரு மாணவருக்கும் மென்டார்கள் (வழிகாட்டிகள்) அறிமுகம் செய்யப்பட்டனர்.



தன்னார்வலர்கள் சந்திப்பு!

அகரம் தன்னார்வலர்கள் சந்திப்பு, சென்னை மயிலாப்பூரில் உள்ள சாவித்திரி அம்மாள் ஓரியண்டல் பள்ளியில் நடைபெற்றது. இது விளையாட்டுப் போட்டிகளுடன் கூடிய தன்னார்வலர்கள் மாதாந்திரச் சந்திப்பாக அமைந்தது. கால்பந்து, சதுரங்கம் என்று பல்வேறு விளையாட்டுகளில் தன்னார்வலர்கள் மற்றும் அவர்களின் குழந்தைகள் அனைவரும் ஆர்வத்துடன் பங்கேற்றனர். அகரம் பணிகள் குறித்த கலந்தாய்வும் நடைபெற்றது. இந்த சந்திப்பில் 80 தன்னார்வலர்கள் பங்கேற்றனர்.



வேலைவாய்ப்பு பயிற்சி!

அகரம் விதைத் திட்டத்தில் தேர்வாகித் தற்போது இறுதியாண்டு பயிலும் மாணவர்களுக்கு அகரம் வேலைவாய்ப்புக் குழு தொடர்பயிற்சிகளை வழங்கும். கலை மற்றும் அறிவியல் பிரிவில் இறுதியாண்டு பயிலும் விதை மாணவர்கள் 43 பேருக்கு BNP PARIBAS எனும் நிறுவனத்தில் வேலைவாய்ப்பு பயிற்சிக்கான நேர்காணல் நடைபெற்றது. அதில் தேர்வான 27 மாணவர்களுக்கு அடுத்த ஆறு மாதங்களுக்கு வாரந்தோறும் ரூயிற்றுக்கிழமைகளில் பயிற்சி தரப்படும். இதில் சிறப்பாகச் செயல்படும் மாணவர்களுக்கு அங்கே வேலைவாய்ப்பு உறுதி செய்யப்படும்.

மாதாந்திர வேலைவாய்ப்பு பயிற்சி!

அகரம் விதைத் திட்டத்தில் தேர்வாகித் தற்போது சென்னை கல்லூரிகளில் இறுதியாண்டு படிக்கும் கலை மற்றும் அறிவியல் மாணவர்களை வேலைவாய்ப்புக்குத் தயார்படுத்தும் வகையில், வளசரவாக்கத்தில் உள்ள அகரம் பயிற்சி மையத்தில் பயிற்சி வழங்கப்பட்டது. Career goal setting பற்றி அகரம் தன்னார்வலர் திருமதி. ப்ரீத்தியும், Adaptability, Sustainable மற்றும் Fitness Activities என்ற தலைப்பில் திரு. விஜய் அவர்களும் கலந்துரையாடல் மற்றும் செயல்பாடுகளாகப் பயிற்சி தந்தனர். 60 மாணவர்கள் இதில் பங்கேற்றனர். இதைத் தொடர்ந்து குரோம்பேட்டையில் உள்ள ஸ்ரீ சந்தானகிருஷ்ணா பத்மாவதி பயிற்சி மையத்தில் 105 மாணவர்களுக்குப் பயிற்சி வழங்கப்பட்டது. Resume Building, Interview skill, Group Discussion ஆகியவை பற்றி Bank of America-வின் தன்னார்வலர்களும், Career guidance என்ற தலைப்பில் அகரம் தன்னார்வலர் திரு.சைமன் ஆனந்தராஜும் பயிற்சி வழங்கினர்.

இதைத் தொடர்ந்து அக்டோபர் மாதத்தில் ஸ்ரீ சந்தானகிருஷ்ணா பத்மாவதி பயிற்சி மையத்தில் 85 மாணவர்களுக்குப் பயிற்சி வழங்கப்பட்டது. Resume Analysis, Group Discussion, English communication ஆகியவை பற்றி Bank of America-வின் தன்னார்வலர்களும், Global Perspective என்ற தலைப்பில் அகரம் தன்னார்வலர் டாக்டர் விஜய் அசோகனும் பயிற்சி தந்தனர். இதேபோல் அவர்களுக்குக் கல்லூரி முடிக்கும்வரை ஒவ்வொரு மாதமும் பயிற்சி திட்டமிடப்பட்டுள்ளது.





ஒரு ஆட்டோ டிரைவரிடம் அவர்கள் குழப்பத்துடன் வழி கேட்டபோது அருகில் ஓர் இளைஞர் வந்தார். அவர்களிடம் விசாரித்துவிட்டு, மிகச் சரியாக எந்த வழியில் போக வேண்டும் என்று அவர்களுக்குச் சொன்னார். “ஊர்ல யாருக்குமே தெரியாத ஏரியா உங்களுக்கு மட்டும் எப்படித் தெரிந்தது? நீங்க போலீஸா, போஸ்ட்மேனா, ஆட்டோ ஓட்டுறீங்களா?” என்று அவர்கள் ஆச்சரியத்துடன் விசாரித்தார்கள். “எதுவுமே இல்லீங்க... பீட்ஸா டெலிவரி பண்ணவன் நான்” என்று கூச்சத்துடன் சொன்னார் இளைஞர்.

‘யாரிடம் வழி கேட்க வேண்டும்’ என்ற முதல் பாடத்தை அன்று அவர்கள் கற்றனர்.

இது இன்னொரு சம்பவம்... கல்லூரியில் புதிதாகச் சேர்ந்த மாணவர்கள் அனைவரையும் ஆளுக்கொரு எலுமிச்சை பழம் கொண்டு வருமாறு முதல் நாளில் பேராசிரியர் சொன்னார்.

‘ஏன் எலுமிச்சை பழம்?’ என்ற குழப்பம் வந்தாலும், மறுநாள் மாணவர்கள் கொண்டு போனார்கள். “அவரவர் இனிஷியலை எலுமிச்சை பழத்தில் செதுக்குங்கள்” என்றார் பேராசிரியர். மாணவர்கள் செய்தார்கள்.

கூடை ஒன்றில் அனைத்து எலுமிச்சை பழங்களையும் போடச் சொன்னார். நன்றாகக் கலந்தார். மாணவர்களை அவரவர் பழத்தை எடுக்கச் சொன்னார். இனிஷியல் பார்த்து எல்லோரும் சரியாக எடுத்துவிட்டார்கள்.

அனைவரையும் எலுமிச்சை பழத்தைத் தோலை உரித்துவிட்டு மீண்டும் கூடையில் போடச் சொன்னார். கலந்தார். மறுபடியும் அவரவர் எலுமிச்சை பழத்தை எடுக்கச் சொன்னார். ‘எது யாருடையது’ என்று அடையாளம் தெரியாமல் மாணவர்கள் விழித்தார்கள்.

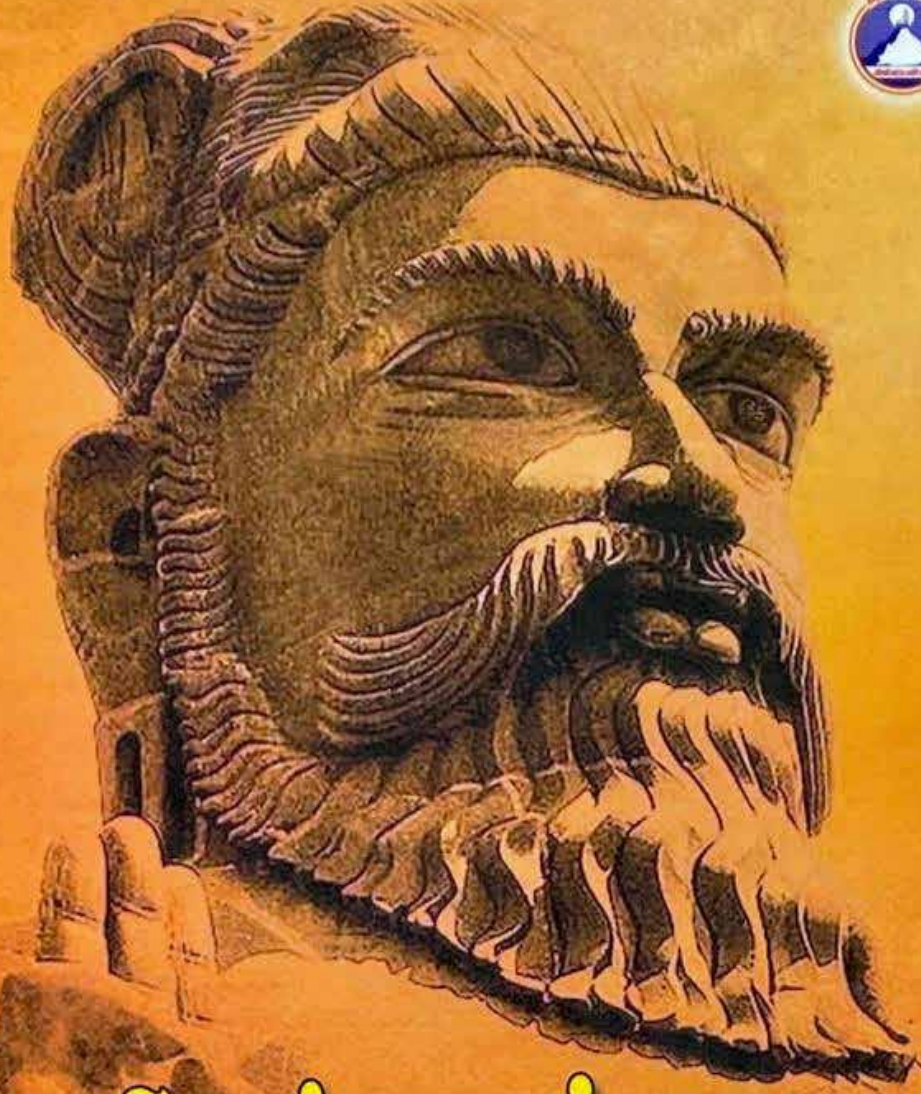
“தோலை நீக்கிவிட்டால் அனைத்து எலுமிச்சையும் ஒன்றுதான். அதே சமயம் அதன் சுவை என்றும் மாறுவதில்லை. அதுபோல நீங்கள் எந்த மதம், சாதி, இனமாக இருந்தாலும் அடிப்படையில் மனிதப் பண்புள்ளவர்கள். அந்த மனிதநேயத்தை எக்காரணம் கொண்டும் விட்டு விடாமல் சகோதரத்துவத்துடன் பழகத் தெரிந்திருக்க வேண்டும். இதுதான் உங்களுக்கு முதல் பாடம்” என்று சொல்லி வகுப்பை முடித்தார் பேராசிரியர். ●

முதல் பாடம்!

பக்கத்து நகரம் ஒன்றில் புதிதாக வீடு கட்டிக் குடியேறி இருக்கும் தங்கள் உறவினரைப் பார்ப்பதற்காக ஒரு குடும்பம் புறப்பட்டது. கிரகப் பிரவேசத்துக்கே அவர் கூப்பிட்டிருந்தார். அப்போது போயிருந்தால், அலங்காரம் செய்து வைத்திருக்கும் வீட்டைக் கண்டுபிடிப்பது சுலபமாக இருந்திருக்கும். வேலைப்பளுவால் அப்போது வர முடியவில்லை. இப்போதுதான் நேரம் வாய்த்திருக்கிறது.

அந்த உறவினரின் போன் கவிட்ச் ஆஃப் செய்யப்பட்டிருக்க, எங்கெங்கோ வழி கேட்டுப் போனார்கள். புதிதாக உருவாகி இப்போதுதான் சில வீடுகள் கட்டப்பட்டிருக்கும் அந்த ஏரியாவை கூகுள் மேப்பிலும் சரியாக அடையாளம் காண முடியவில்லை. மளிகைக் கடைகள், ஆட்டோ டிரைவர், போலீஸ்காரர், போஸ்ட்மேன் என்று யார் யாரிடமோ வழி கேட்டு தடுமாறினார்கள். யாருக்கும் சரியாகத் தெரியவில்லை.





தீருக்குறள் 100

வள்ளுவர் வழியில் வாழ்ந்தவர்கள் வரலாற்றுடன் குறள்

◆ சிவகுமார்

**மரங்களால் சூழப்பட்ட மழைக்காடுகளே
மனிதர்களைக் காக்கும் இயற்கையின் சுவாசப் பை.
வனங்களை வளர்ப்பதில் கவனம் கொள்வோம்;
இணைந்தே நாம் நன்மைகள் பெறுவோம்.**



மதிப்பிற்குரியவர்களுக்கு...



காட்டன்

- வேஷ்டிகள்
- சர்ட்டுகள்
- பனியன்கள்

Shop online @ www.ramrajcotton.in

கம்பெனி ஷோரூம் மற்றும் முன்னணி ஜவுளி நிறுவனங்களில் கிடைக்கும்

Follow us [f](https://www.facebook.com/RamrajCottonofficial) RamrajCottonofficial [i](https://www.instagram.com/ramrajcotton) ramrajcotton [y](https://www.youtube.com/channel/UC...) ramrajcottonmedia

If undelivered
please return to

யாதும்

தரு மீடியா (பி) லிட்.,
10/55, ராஜா தெரு, மேற்கு மாம்பலம்,
சென்னை - 600 033.
போன்: 99529 20801