இல.செ.க.வின்

தன்னம்பிக்கை

முதலீடு ₹ 30/-

ஜுன் 2026

முன்னேற்றத்தின் மூலதனம்

அன்பின் கைமணம்..!
அகிலம் போற்றும் நறுமணம்..!

திருமதி. சொர்ணலட்சுமி கார்த்திகேயன்

நிர்வாக இயக்குநர்,

மெட்ரோ மசாலா கம்பெனி, மதுரை

Teen Wellness Clinic

இளம்பருவ வயதினருக்கான ஒருங்கிணைக்கப்பட்ட உடல்நல மையம்

54, Shadow Clinic, Avinashi Road, Coimbatore - 641 037.

மருத்துவ நிபுணர்கள்

Dr. ஜெயஸ்ரீ
DCH, DNB

Dr. லக்ஷ்மி சாந்தி
DCH, PGDAP, CAMH

கருணை உள்ளம், அனுபவம் வாய்ந்த, அர்ப்பணிப்புள்ள மருத்துவ குழுவினர் வழங்கும் வளர் இளம் பருவ வயதினருக்கான உடல்நல கவனிப்பு

சிறப்பு துறைகள்

- ✓ இளம்பருவ வயதினர் ஆரோக்கியம்
- ✓ மன அழுத்தம், பதட்டம் மற்றும் மனச்சோர்வு
- ✓ பாலியல் சுகாதார ஆலோசனை
- ✓ உடல் பருமன் மற்றும் வாழ்க்கை முறை ஆலோசனை
- ✓ குழந்தை வளர்ப்பு குறித்து ஆலோசனை
- ✓ அதிக ஆபத்துள்ள அமர்வுக்கான எதிர்பார்ப்பு வழிகாட்டுதல்
- ✓ பள்ளி மற்றும் கல்லூரி மாணவர்களுக்கான வாழும் கலை பயிற்சி வகுப்புகள்

முன்பதிவிற்கு : 90732 22777, 0422 2111777

இதழின் உள்ளே...

கவனமாகக் கேட்க வேண்டும்
இரா. திருப்பதி வெங்கடசாமி
6

ஈரோடு to மதுரா
முனைவர் இரா. ஆனந்தகுமார் இ.ஆ.ப
10

மஞ்சள் ஆளுமை
மித்திரன் ஸ்ரீ ராம்
12

ஆரோக்கியம் எனது பிறப்புரிமை
S.M.பன்னீர்செல்வம்
20

சொல்லி அடித்த நோபல் பரிசு
டாக்டர் சீனிவாசன் ராமசாமி
30

வருமுன் காத்து வாழ்விக்கும் மூலிகைகள்
மருத்துவர். மா. தங்கராசு
34

செய்யும் தொழில் மெய்மறந்து மூழ்கிப் போதல்
R.K. ராமசாமி, M.A., B.Ed.,
40

நாவிற்கு சுவையும் - உடல் நலத்திற்கு வளமும் தரும்...

SREE Annapoorna
SREE Gowrishankar
Hotels Private Limited

75, East Arokkiasamy Road, R.S. Puram, Coimbatore - 641 002.
Ph : 0422 - 2547722, E-mail : apoorna@md2.vsnl.net.in
website : www.sriannapoorna.co.in

Branch Office Phone Nos. :
R.S. Puram : 4522333
Vadakovai : 4382121
Ganapathy : 4210128
Cross-cut : 2236374
Ganthipuram : 2231101
K.G. Branch ph : 2217045
Lakshmi Complex : 2236252
Peelamedu : 4397226
People's Park : 2215120
Poornas : 4392118
Ramakrishna : 4388828
Raja Street : 4355810
Saibaba Colony : 4384664
Town Hall : 4355801

Admin.Off. : 418, Mettupalayam Road, Coimbatore - 641 043. Ph : 0422 - 2437722

அழகிய எண்ணங்களுடன்
ஆயிரம் எதிர்பார்ப்புகளுடன்
எண்ணிலடங்கா சிந்தனைகளுடன்
கல்வி என்னும் அறிவு ஆலயத்திற்குள் நுழையும்
மாணவ மாணவியர்களுக்கு வாழ்த்துக்கள்...!

முயற்சி 37 வெற்றி 6

நிறுவனர் டாக்டர் இல.செ. கந்தசாமி

பதிப்பாசிரியர்
கமலம் கந்தசாமி

ஆசிரியர் முனைவர்
கலைச்செல்வி செந்தில்

இணை ஆசிரியர்
முனைவர் விக்ரன் ஜெயராமன்

துணை ஆசிரியர்
சிவக்குமார் சியாமளாரவி

விற்பனை மேலாளர்
இரா.சுரேஷ்

சமூக வலைதள மேலாளர்
மிருதுளா செந்தில்

அலுவலக மேலாளர்
அ. தர்மன்

சந்தா விவரம்
1 வருட சந்தா ரூ.*360/-*
2 வருட சந்தா ரூ.*720/-*
5 வருட சந்தா ரூ.*1800/-*
பணவிடை *(M.O.)*/ காசோலை *(Cheque)*
அல்லது வங்கி வரைவோலை *(DD)*
Canara Bank A/c. No. 1207201018408
IFSC Code : CNRB0001207.
TMB A/c. No. 136150050315187
IFSC Code : TMBL0000136
THANNAMBIKKAI
என்ற பெயரில் அனுப்ப வேண்டிய முகவரி:
தன்னம்பிக்கை
பதிவு அலுவலகம்: *10,* சாஸ்திரி வீதி எண் *– 1*
பி.என். புதூர், கோயம்புத்தூர் *- 641 041*
போன்: *0422 2437860, 4370435, 98422 32354, 550*
விற்பனை அலுவலகம்: *79,* திவான் பகதூர்
சாலை, ஆர்.எஸ்.புரம், கோயம்புத்தூர் *- 641 002.*
Paytm : 98422 32550 Gpay : 98422 32354
Website: www.thannambikkai.com
E-mail: thannambikkaimagazine@gmail.com,
editor@thannambikkai.com

thannambikkai_magazine

உள்ளத்தோடு உள்ளம்

நெப்போலியன் நாடுநாடாகப் படை மேற்கொண்டிருந்த காலகட்டத்தில் தன்னுடைய படைத் தளபதிகளை ஒன்று கூட்டி ஒரு அருமையான பகல் விருந்து வைக்கவும், அதனைத் தொடர்ந்து அடுத்த யுத்தத்திற்கான கலந்தாலோசனை நடத்தவும் விரும்பினான் அதன்படி, விருந்து *12* மணிக்குத் தொடங்கி தொடர்ந்து *12.15*க்கு ஆலோசனைக் கூட்டம் நடக்க விருப்பதாகவும் அனைவரும் தவறாது கலந்து கொள்ள வேண்டுமெனவும் தளபதிகளுக்கு அறிக்கை அனுப்பினான்.

ஆனால், *12* மணி அடுத்தப்படி உணவுக் கூடத்தில் மன்னன் மட்டுமே அமர்ந்திருந்தான் கச்சிதமான நேர உணர்வு கொண்ட நெப்போலியன் *12.01*க்கு தனியாகவே விருந்தைத் துவங்கிச் சாப்பிட்டான். *12.05*லிருந்து ஒவ்வொரு தளபதியாக வரத்துவங்கினர். அவர்களை காத்திருக்கச் செய்த மன்னன் உண்டு முடித்துச் சரியான நேரத்தில் ஆலோசனைக் கூடத்தில் நுழைந்தபடியே நல்லது நண்பர்களே விருந்து முடிந்தது. இனி ஆலோசனையைத் தொடங்குவோம் என்றான்.

காத்திருந்த தளபதிகளுக்கோ குறித்த நேரந்திலிருந்தால் அருமையான விருந்தை ஒரு பிடி பிடித் திருக்கலாமே என்கிற வருத்தம் ஏற்பட்டது. ஆனால், நேரவுணர்வு இல்லாத தன் தளபதிகளுக்கு நெப்போலியன் தந்த அந்த தண்டனையைப் பார்க்கின்றபோது, நம்மில் பலர் காரணமே இல்லாமல் வீணடிக்கின்ற நேரங்கள் நினைவுகள் வருகின்றன. அந்த நேரங்களைச் சரியாக பயன்படுத்தியிருந்தால் பலன்பல அறிய செயல்களை சாதித்திருக்காலமே என்கிற எண்ணம் என்னுள் ஏற்படுகிறது.

Paytm Accepted Here
G Pay
THANNAMBIKKAI

கட்டுரை 21

கவனமாகக் கேட்க வேண்டும்

“மதியழகன், உங்களிடம் இரண்டு காதுகள் இருக்கின்றன; ஒரு வாய்மட்டுமே இருக்கிறது. இதற்கே இயற்கை ஒரு பயிற்சி கொடுத்திருக்கிறது. பேசுவதைக் காட்டிலும் இருமடங்கு கேளுங்கள் என்பதுதான் அந்தப் பயிற்சி”, என்றார் பயிற்சியாளர்.

“அது பழமொழி மாதிரி கேட்கிறது. ஆனால் விற்பனைத் துறையில் இருப்பவர் பேசாமல் இருந்தால் எப்படி விற்பனை நடக்கும்?” என்றார் மதியழகன்.

“அதுதான் தவறானப் புரிதல். விற்பனை என்பது பேசிப் பொருளைத் திணிப்பது அல்ல. மற்றவர் மனதில் ஏற்கனவே இருக்கும் தேவையைத் தெளிவாகப் புரிந்து, அதற்கு ஏற்ற தீர்வை மரியாதையுடன் முன்வைப்பது. அந்தப் புரிதலின் முதல் கதவு கேட்பதுதான்,” என்றார் பயிற்சியாளர்.

“அப்படியானால், நல்ல விற்பனையாளர் முதலில் நல்ல கேட்பவராக இருக்க வேண்டுமா?” என்றார் மதியழகன்.

“நிச்சயமாக. ஒரு மருத்துவரை நினைத்துப் பாருங்கள். நோயாளி உள்ளே வந்தவுடன் அவர் மருந்து எழுத ஆரம்பித்துவிட்டால் நம்புவீர்களா?” என்று கேட்டார் பயிற்சியாளர்.

“இல்லை. அவர் முதலில் என்ன வலி, எப்போது தொடங்கியது, எவ்வளவு நாளாக இருக்கிறது என்று கேட்க வேண்டும்,” என்றார் மதியழகன்.

“அதே போலத்தான் விற்பனையும். வாடிக்கையாளரின் வலியை அறியாமல் தீர்வு சொல்வது, பரிசோதனை இல்லாமல் மருந்து எழுதுவது போன்றது,” என்றார் பயிற்சியாளர். “வாடிக்கையாளரின் வலி என்று சொல்வது சற்று வித்தியாசமாக இருக்கிறது,” என்றார் மதியழகன்.

“அவருக்கு உள்ள சிரமம், பயம், தயக்கம், எதிர்பார்ப்பு, ஏமாற்றம்—இவை எல்லாம் வலி. ஒருவர் ‘விலை அதிகம்’ என்று சொல்வார். ஆனால் உண்மையான வலி விலை அல்ல. ‘நான் செலுத்தும் பணத்துக்கு மதிப்பு கிடைக்குமா?’ என்ற பயமாக இருக்கலாம். ஒருவர் ‘இப்போது வேண்டாம்’ என்பார். உண்மையில் அவர் ‘நான் இன்னும் நம்பவில்லை’ என்று சொல்லிக் கொண்டிருக்கலாம்,” என்றார் பயிற்சியாளர்.

“அதை எப்படி கண்டுபிடிப்பது?” என்றார் மதியழகன். “அவசரமின்றி கேட்க வேண்டும். இடையில் தடைச் செய்யக்கூடாது. அவர் சொல்வதை மட்டும் அல்ல, சொல்லாமல் விடுவதைப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்,” என்றார் பயிற்சியாளர்.

“இடையில் தடை செய்யாமல் இருப்பது இவ்வளவு கடினமா?” என்றார் மதியழகன்.

“மிகக்கடினம்... ஏனென்றால் நம்மிடம் பதில் சொல்லும் ஆசை அதிகம். ஒருவர் பேசும்போது நம் மனம் உடனே தீர்ப்பு வழங்கத் தொடங்கிவிடும். ‘இவர் தவறாகப் புரிந்து கொண்டார்’, ‘இதற்கு நான் உடனே பதில் சொல்ல வேண்டும்’, ‘இதை விட நல்ல எடுத்துக்காட்டு எனக்குத் தெரியும்’ என்று மனம் ஓடத்தொடங்கும். அதுதான் கேட்பதற்கான பெரியபகை,” என்றார் பயிற்சியாளர்.

“அப்படியானால் முதலில் மனதை அமைதிப்படுத்த வேண்டுமா?” என்றார் மதியழகன்.

“ஆம். மற்றவர் பேசும்போது நம்மனம் ஓடினாலும், அதை மீண்டும் அவரிடம் திருப்பி கொண்டு வரவேண்டும். இதை ஒரு பயிற்சியாக எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்,” என்றார் பயிற்சியாளர்.

“ஒருகிளைக் கதையைக் கேளுங்கள்,” என்றுபயிற்சியாளர் தொடர்ந்தார்.

“ஒரு காலத்தில் ஒரு செருப்பு வியாபாரி ஒரு கிராமத்துக்குப் போனார். அங்கே பலர்காலில் செருப்பு அணியாமல் நடந்தனர். அவருடன் சென்ற உதவியாளர் உடனே சொன்னான்: ‘இங்கே யாரும் செருப்பு அணியவில்லை. இங்கே சந்தை இல்லை.’ ஆனால் வியாபாரி அமைதியாக மக்களிடம் பேசத் தொடங்கினார். ‘ஏன் செருப்பு அணியவில்லை?’ என்று கேட்டார். சிலர் ‘வெயிலில் பாதம் எரிகிறது; ஆனால் செருப்பு வாங்க பணம் செலவிட மனமில்லை’ என்றார்கள். சிலர் ‘செருப்பு அணிந்தால் வயலில் வேலைச் செய்ய சிரமம்’ என்றார்கள். சிலர் ‘எங்களுக்கு நீடிக்கும் செருப்பு கிடைக்கவில்லை’ என்றார்கள். அவர் மூன்று நாட்கள் ஒன்றும் விற்கவில்லை. ஆனால் எல்லாரையும் கேட்டார். பிறகு குறைந்தவிலை, வயலுக்கு ஏற்ற வலிமையான செருப்பு வடிவமைத்தார். அந்த கிராமமே அவருடைய வாடிக்கையாளர்களாக மாறியது. ஏன் தெரியுமா? அவர் முதலிலே விற்கவில்லை; கேட்டார்.”

“அதாவது சந்தை ஆய்வு என்பதற்கும், கேட்புத் திறனுக்கும் உறவு இருக்கிறதா?” என்றார் மதியழகன். “உறவு மட்டும் இல்லை; கேட்பதே உண்மையான சந்தை ஆய்வின் உயிர்,” என்றார் பயிற்சியாளர். “ஆனால் எல்லோரும் உண்மையைச் சொல்வார்களா?” என்றார் மதியழகன்.

“அதற்குத் தான் உணர்ச்சிக் குறியீடுகளை கவனிக்க வேண்டும். ஒருவர் சொல்வது, அவர் உணர்வதுடன் எப்போதும் ஒன்றாக இருக்காது. முகம் வேறொன்றைச் சொல்வது உண்டு. குரல் வேறொன்றைச் சொல்வது உண்டு. அமைதி கூட சில நேரங்களில் மிகப் பெரிய பதில்,” என்றார் பயிற்சியாளர்.

“அமைதி பதிலா?” என்றார் மதியழகன்.

“ஆம். ஒரு வாடிக்கையாளர் விலை கேட்ட பின் நீண்ட நேரம் அமைதியாக இருந்தால், அது வெறும் அமைதி அல்ல. அவர் மனதில் கணக்கு ஓடுகிறது. ‘இது எனக்கு வேண்டுமா? இவர்கள் நம்பகமானவர்களா? இதற்குப் பிறகு சேவை கிடைக்குமா?’ என்ற கேள்விகள் ஓடலாம். அந்த நேரத்தில் நாம் தொடர்ந்து பேசத் தொடங்கினால் அவர் சிந்தனையை முறித்து விடுகிறோம்,” என்றார் பயிற்சியாளர்.

“அப்படியானால் சில நேரங்களில் அமைதியை அனுமதிக்க வேண்டுமா?” என்றார் மதியழகன்.

“அதுவே பெரியதிறன். எல்லா வெற்றிடங்களையும் வார்த்தைகளால் நிரப்ப வேண்டிய அவசியமில்லை,” என்றார் பயிற்சியாளர்.

“பேச்சு வார்த்தையில் இது எப்படி உதவும்?” என்றார் மதியழகன்.

“ஒரு வியாபாரி விலைக் குறைப்பு கேட்டால் உடனே விலை குறைக்க வேண்டியதில்லை. முதலில் கேளுங்கள்: ‘உங்களுக்கு விலையில் எந்தப் பகுதி சிரமமாகத் தெரிகிறது?’ ‘நீண்டகால ஒப்பந்தம் இருந்தால் இது ஏற்றதாக இருக்குமா?’ ‘வழங்கும் காலம் முக்கியமா, விலை முக்கியமா?’ இப்படி கேட்கும் போது, உண்மையான தேவையை அறிய முடியும்,” என்றார் பயிற்சியாளர்.

“அப்படியானால் பேச்சுவார்த்தையில் கேள்விகள் ஆயுதமா?” என்றார் மதியழகன்.

“ஆயுதம் என்று சொல்லமாட்டேன். அது ஒரு ஒளி தரும் விளக்கு. இருட்டில் சண்டைப் போடாமல், விளக்கேற்றி பாதையைப் பார்க்க உதவும் கருவி,” என்றார் பயிற்சியாளர்.

“மோதல் நேரத்தில் கேட்பது சாத்தியமா?” என்றார் மதியழகன்.

“அதுதான் மிக அவசியமான நேரம். ஒரு வாடிக்கையாளர் கோபமாக வந்து, ‘உங்கள் சேவை மோசம்’ என்றார் என்று வைத்துக் கொள்ளுங்கள். உடனே ‘அப்படி இல்லை’ என்று பதில் சொன்னால் மோதல் பெருகும். அதற்கு பதிலாக, ‘ உங்களுக்கு ஏற்பட்ட சிரமத்தை முழுமையாகக் கேட்க விரும்புகிறேன். தயவு செய்து ஆரம்பத்திலிருந்து சொல்லுங்கள்’ என்றால் சூழ்நிலை மாறும்,” என்றார் பயிற்சியாளர்.

“அவர் இன்னும் கோபமாகவே பேசினால்?” என்றார் மதியழகன்.

“அவரை முழுமையாகப் பேசவிடுங்கள். இடையில் குறுக்கிடாதீர்கள். அவர் சொன்னதைச் சுருக்கி மீண்டும் சொல்லுங்கள்: நீங்கள் சொல்வது, பொருள் தாமதமாக வந்தது; அதனால் உங்கள் வாடிக்கையாளர்களிடம் நீங்கள் சிரமப்பட்டீர்கள்; அதனால் தான் கோபமாக இருக்கிறீர்கள். சரியா?’ என்று கேளுங்கள். இதுவே கவனமாகக் கேட்டதற்கான சான்று,” என்றார் பயிற்சியாளர்.

“இதனால் கோபம் குறையுமா?” என்றார் மதியழகன்.

“பல நேரங்களில் குறையும். ஏனென்றால், மனிதன் தன் கோபத்தை விட தன் குரல் கேட்கப்பட

வேண்டும் என்ற ஆசையோடு இருக்கிறான்," என்றார் பயிற்சியாளர்.

"நடைமுறையில் என்ன செய்யலாம்?" என்றார் மதியழகன்.

"சில எளிய வழிகள் உள்ளன. ஒருவர் பேசும்போது அவரை நோக்கிப் பாருங்கள். கைபேசியை ஒதுக்குங்கள். உடனே முடிவு சொல்லாதீர்கள். 'நான் சரியாகப் புரிந்து கொண்டேனா?' என்று கேளுங்கள். அவர் சொன்னதைச் சுருக்கிப் பதிலளியுங்கள். 'இதனால் உங்களுக்கு என்ன சிரமம் ஏற்பட்டது?' என்று கேளுங்கள். அவருடைய உணர்வை ஏற்றுக்கொள்ளுங்கள்; ஆனால் உடனே தவறை ஒப்புக்கொள்ள வேண்டிய அவசியமில்லை. 'உங்கள் ஏமாற்றத்தைப் புரிந்து கொள்கிறேன்' என்று சொல்லுவது, 'நாங்கள் தான் தவறு செய்தோம்' என்று ஏற்றுக் கொள்வதல்ல," என்றார் பயிற்சியாளர்.

"அது நல்ல வேறுபாடு," என்றார் மதியழகன்.

"மேலும், கேட்பதற்குப் பிறகு குறிப்பெடுங்கள். வாடிக்கையாளர் ஒரே குறையை மீண்டும் மீண்டும் சொன்னால், அது தனிப்பட்ட புகார் அல்ல; அது அமைப்பின் குறை. குழுவில் ஒருவர் தொடர்ந்து அமைதியாக இருந்தால், அவரிடம் தனியாகக் கேளுங்கள். விற்பனையாளர்கள், முகவர்கள், விநியோகஸ்தர்கள், சேவைப் பணியாளர்கள் இவர்கள் அனைவரும் வாடிக்கையாளரின் குரலைக் கொண்டு வருபவர்கள். அவர்களையும் கேட்க வேண்டும்," என்றார் பயிற்சியாளர்.

"அப்படியானால் கேட்பது வாடிக்கையாளரிடம் மட்டும் அல்லவா?" என்றார் மதியழகன்.

"இல்லை. நல்ல விற்பனைத் தலைவர் வாடிக்கையாளரை மட்டுமல்ல; தன் குழுவையும் கேட்பார். தரையில் நிற்பவருக்கே தூசி எங்கே எழுகிறது என்று தெரியும். அலுவலக அறையில் இருப்பவருக்கு வரைபடம் தெரியும்; சந்தையில் இருப்பவருக்கு உண்மை தெரியும்," என்றார் பயிற்சியாளர்.

"இதை ஒரு பழமொழியால் சொல்ல முடியுமா?" என்றார் மதியழகன்.

"திருக்குறளில் 'செவிகைப் பச்சொற் பொறுக்கும் பண்புடை வேந்தன் கவிகைக் கீழ்த் தங்கும் உலகு' என்று கூறுகிறது. குற்றம் சாட்டும் சொற்களையும் செவி கொண்டு பொறுத்துக் கேட்கும் தலைவரின் ஆட்சிக் கீழ் உலகமே நிலைக்கும் என்பதே அதன் கருத்து. இது அரசருக்குப்

இரா. திருப்பதி வெங்கடசாமி

பொருந்தும் அளவுக்கு, விற்பனைத் தலைவருக்கும் பொருந்தும்," என்றார் பயிற்சியாளர்.

"அற்புதம். கேட்பது ஆட்சிக்கும் விற்பனைக்கும் ஒரே அளவு முக்கியமா?" என்றார் மதியழகன்.

"மனிதரை மனிதனாக நடத்த வேண்டிய இடமெல்லாம் கேட்பது முக்கியம். அதில் மன்னனுக்கும் மற்றவர்களுக்கும் வேறுபாடு கிடையாது," என்றார் பயிற்சியாளர்.

"இனி நான் பேசத் தொடங்குவதற்கு முன் என்ன கேள்வி கேட்க வேண்டும்?" என்றார் மதியழகன்.

"மூன்று கேள்விகள் போதும். 'இவர் உண்மையில் என்ன சொல்கிறார்?' 'இவர் சொல்லாமல்விட்டது என்ன?' 'இவருக்கு இப்போது தேவை தீர்வா, ஆறுதலா, தெளிவா?' இந்த மூன்று கேள்விகளும் உங்கள் கேட்புத் திறனை மாற்றிவிடும்," என்றார் பயிற்சியாளர்.

"நான் இதை நாளையிலிருந்து முயற்சி செய்கிறேன்," என்றார் மதியழகன்.

"நாளையிலிருந்து அல்ல. அடுத்த உரையாடலிலிருந்து. நல்ல கேட்பவர் ஆகும் பயிற்சி பெரிய நிகழ்ச்சியில் தொடங்க வேண்டியதில்லை. வீட்டில், அலுவலகத்தில், வாடிக்கையாளர் சந்திப்பில், குழுக்கூட்டத்தில் ஒவ்வொரு உரையாடலும் பயிற்சி மண்டபமே," என்றார் பயிற்சியாளர். மதியழகன் சற்று நேரம் அமைதியாக இருந்தார்.

"இப்போது நான் புரிந்துக் கொண்டேன். விற்பனையில் வெற்றி பெறுவது நாக்கின் வேகத்தால் அல்ல; செவியின் ஆழத்தால், " என்றார்.

"அப்படித்தான்," என்றார் பயிற்சியாளர்." நன்றாகப் பேசுபவன் பொருளை விற்கலாம். நன்றாகக் கேட்பவன் நம்பிக்கையை உருவாக்குவான். பொருள் ஒரு முறை விற்கப்படும்; நம்பிக்கை வாழ்நாள் முழுக்க உறவை உருவாக்கும்."

வரையாடுகள்

சிதம்பரம் இரவிச்சந்திரன்

மயிலம்வாடி ஆடு, மேய்ச்சேரி ஆடு, வெள்ளாடு, மவுண்டா ஆடு, நாகன்பெர்க் ஆடு, சானி ஆடு, அல்பைன் ஆடு, ஜன்னபாரி ஆடு, சூரத் ஆடு என்று ஆடுகளில் பல வகைகள் உள்ளன. ஆனால் தமிழ்நாட்டிற்கே மாநில விலங்காக இருப்பது வரையாடு. இது இப்போது அழிந்துவரும் ஒரு இனம். இவை தமிழகம் கேரளாவில் பரந்து கிடக்கும் மேற்குத்தொடர்ச்சி மலைகளில் மட்டுமே வாழ்கின்றன. மூனாறிற்கு இருக்கும் இரவிகுளம் தேசசியப் பூங்கா, ஆனைமலை, நீலகிரி மலை, வால்பாறை பகுதிகளில் இவற்றைப் பார்க்கலாம். உயரமான மலைகளில் செங்குத்தான பாறை முகடுகளில் இவை வாழ்கின்றன. 1200 முதல் 4000 மீட்டர் வரை உயரமுள்ள இடங்களில் மட்டுமே இவை காணப்படுகின்றன. இதனால் இவற்றை மனிதர்களால் எளிதாகப் பார்க்க முடிவதில்லை.

வரையாடு = வரை+ஆடு. வரை என்பது குவடு, குன்று, மலை, மலையுச்சி ஆகியவற்றைக் குறிக்கிறது. இதனால் இவை இப்பெயர் பெற்றன. ஒரு வயது முதிர்ந்த ஆண் ஆட்டின் எடை 100 கிலோ. உயரம் 110 சென்டிமீட்டர். பெண் வரையாட்டின் எடை 50 கிலோ. உயரம் 80 சென்டிமீட்டர். பெண் வரையாட்டின் கொம்புகள் சற்று பின்னோக்கி சிறிது குட்டையாக இருக்கும். இவை உலகில் வேறெங்கும் காணமுடியாத உயிரினங்கள். ஓரிட வாழ்விகள். உச்சியில் இருக்கும் பாறைகள் மீதும் சுலபமாக ஏறும் இவற்றின் முக்கிய உணவு புற்கள். நீர் அருந்த இவை நீர்நிலைகளுக்குச் செல்வதில்லை. உடல் தேவைக்குக் கற்களின் மீது படிந்துள்ள பனி நீரை, புற்களில் இருக்கும் ஈரத்தைப் பயன்படுத்துகின்றன.

பாறைகளின் ஒத்த நிறத்தில் இவற்றின் நிறம் அமைந்திருக்கும். 1996ல் இவை விரைவாக அழிந்துவரும் உயிரினங்களின் பட்டியலில் பந்நாட்டு இயற்கை வளப் பாதுகாப்பு சங்கத்தால் (IUCNN) சேர்க்கப்பட்டுள்ளது. சுற்றுலாப்பயணிகள் இவற்றை துன்புறுத்துதல் ஒவ்வாத உணவு கொடுத்தல் போன்றவற்றிற்கு இரவிகுளம் தேசீயப் பூங்காவில் தடை விதித்துள்ளது. இது கேரள வனத்துறையின் கீழ் இயங்கி வருகிறது. ஒவ்வொரு ஆண்டும் ஜனவரி முதல் மார்ச் வரை இவற்றின் இனப்பெருக்க காலம்.

இக்காலத்தில் இவற்றின் கணக்கெடுப்பிற்காக பூங்கா மூடப்படுகிறது. ஏப்ரல் 1 அன்று பார்வையாளர்களின் வருகைக்காக மீண்டும் திறக்கப்படுகிறது. சிறப்புமிக்க இந்த உயிரினங்கள் அழியாமல் பாதுகாக்கவேண்டும்.

முனைவர் இரா. ஆனந்தகுமார் இ.ஆ.ப

20. ஈரோடு to மதுரா

வலது பக்கமாக திரும்பினேன்...

'சட்' என்று ஒரு அறை...

கன்னம் வலித்தது போல எரிந்தது... அல்லது எரிவது போல வலித்தது... வலியை விட கிலி அதிகமா? என்று தெரியவில்லை... இனி இடது பக்கம் திரும்பினால் அதேதான் நிலைமை என்பது புரிகிறது....

வேறு வலியில்லை...

வேறு வழியில்லை...

திரும்...

திரும்பி முடிக்கக் கூட இல்லை...

அது அதற்காகவே காத்திருந்தது போல... முதுகெங்கிலும்... வெடவெடவென நடுங்க வைக்கும்படி அடித்து... தலையைப் பிடித்து உலுக்கிக் குலுக்கிப் போட்டது...

ஒரு மல்யுத்த வீரனைப் போலவோ... தேர்ந்த ஜூடோ விளையாட்டு வீரனைப் போலவோ? என்னை எப்படித் திரும்பினாலும் அது வளைத்து வளைத்துப் பந்தாடியது....

நீங்கள் நினைத்தது சரிதான்... வட இந்தியாவில் நிலவுவதாக நண்பன் சாமி சொன்ன குளிர்தான். சரி... பாத்துக்கலாம் என்று திடீரென்று கிளம்பி வந்துவிட்டேன். கம்பெனியில் ஆடிட்டிங் போகச் சொன்னால் போய்த்தான் ஆக வேண்டும். எனக்கு போகாமலிருக்க முயற்சி செய்வதைவிட போக முயற்சி செய்வதே பரவாயில்லை என்று தோன்றியது.

சென்ற மே மாதத்தில்... வங்காள தேசத்தில் கங்கைக் கரையில் சுற்றிக் கொண்டிருந்தேன்... இந்த ஆடிட்டிங் வேலை!

இப்போ ஜனவரியிலே மதுரா நகரில் யமுனை நதிக்கரையிலே சுத்திக்கிட்டு இருக்கோம்.

வாழ்க்கை அழைக்கின்ற இடத்திற்கு சந்தோஷமாகப் போவதற்கு ஒரு மனநிலை வேண்டும்தான்.

ஆனால் ஒரு ஆள் இருந்திருக்கார்...

வாழ்க்கையிடம் துணிச்சலாக

வரமாட்டேன் என்று சொல்லி இருக்கார்...

டென்மார்க் பகுதியில் *(1917-1922)* இந்த காலகட்டத்துல எந்த நாடு? என்றே தெரியாம வாழ்ந்திருக்கார். இரஷியாவோட நாடுகள் தங்களோட இராணுவத்துல சேர்ந்தே ஆகணும் என்று சொன்னப்போ?

மூளை குளறுபடி ஆயிடுச்சு... குழம்பிவிட்டது என்று சொல்லி இருக்கார்... பைத்தியம் பிடிச்சுட்டதா நடிச்சிருக்கார்.... திரும்பத்திரும்ப... சந்தேகமா பார்த்தவங்க கிட்டே... தன்னோட தலைக்குள்ள ஒரு 'ஈ' புகுந்துவிட்டதாக சொல்லிக்கிட்டே இருந்திருக்கார்...

அப்படி பல நாடுகள்... கடந்து இங்குமங்கும் வாழ்க்கை அவரை அலைய விட்டு இருக்கு... என்னை ஒரே நாட்டுக்குள்ளதான் சுத்த விடுது... அ.முத்துலிங்கம் ஐயா பல நாடுகளுக்கு போய் சுற்றிப்பார்க்க அவரோட வாழ்க்கை அவரை அழைத்துப் போனது... மதுரா... டெல்லிப்

பக்கந்தான்... குளிரு 16^0C இருக்கிறது... இதுல இதெல்லாம் போதாது என்று காலைல எழுந்து கம்பெனி விருந்தினர் மாளிகை கண்ணாடிக் கதவு மேல இருந்த திரையை விலக்கிப் பார்த்தா... மழை பொழியறா மாதிரி இருந்தது.

மிகப்பெரிய கம்பெனி என்று சொல்றாங்க ரூமுக்குள்ள கம்பி ஹீட்டர்... அமெரிக்காவோட ஹேவல்ஸ் *(Havells)* கம்பெனியுடையது என்று தப்பாக எழுதிய பிறகு தான் எடுத்துப் பார்த்தா... கூகுள் சொல்லுது அது அமெரிக்க கம்பெனியில்லையாம்... அப்போ எந்த நாடு... ஏனுங்க வெளில வெடவெட சொட்டு சொட்டுன்னு மழை கொட்டுது இம்மிடியட்டா... நாம இன்னிக்கு குளிச்சுரக்கூடாது என்று கொள்கை முடிவெடுக்கிறதப் பத்தி யோசிப்பனா? உங்களுக்கு ஹீட்டர் கம்பெனியோட ஊர் பற்றிச் சொல்வேனா? இந்த விருந்தினர் மாளிகையில் அடிக்கடி சுவிட்சுங்க பக்கத்தில் கலர் கலரா 'பொட்டு' மாதிரி லேபிள் ஒட்டி வெச்சிருக்காங்க... என்னவா இருக்கும்?

காலையில் இந்த ஹீட்டர் இருக்கிற ஏரியாவைச் சுத்தி மூணு அடி தூரம் சூடாக இருந்தது... அப்புறம் பாருங்க இந்த அத்தியாயத்துல தொடங்கியது போல... ஒரே குத்துமதிப்புத்தான்.

கடவுளே!!

பாத்ரூமில் பாருங்க இரண்டு ஏக்கரா இடம் இருந்தாலும்... இங்கெல்லாம் எதுக்கு என்று ஹீட்டரை வெக்கல போல... மனசு சியோலை நினைச்சுப் பார்த்துது... இண்டிகோ விமானத்துல *1D* என்று முதல் சீட்டு டெல்லி வரும்போது... பைலட் உடைய கோழிக்குழி அதாங்க *Cockpit* முதல் வரிசையில் இருந்து பார்க்க முடிந்தது (அப்போ... சேவற்குழியோ) அதுக்குள்ளார இருக்கிற பல பட்டன்கள்போல தென்கொரியா போயிருந்தப்போ டாய்லட் கம்மோடு அதனோட தொடைகள் படும் பாகம் அது தனியாக இளஞ்சூடு அடையும் வண்ணம் பல பட்டன்கள் வைத்து இருந்தார்கள் கொரியர்கள்.

அங்கே சென்ட்ரலைஸ்டு ஹீட்டிங்... அதனால நான் பைலட் வேலையெல்லாம் கத்துக்கற அவசியம் எழவில்லை... இங்கே... நடுராத்திரியில் கீ.ராஜநாராயணன் ஐயா எழுதிய அண்ணாச்சி கதையில வந்த மாதிரி இயற்கை அழைச்சா என்ன செய்வது என்கிற எண்ணமே... டெர்ரரைக் கிளப்பியது... மனுஷனுக்கு இதெல்லாமா ஒரு பொருட்டு... இப்போதானே நாராயணன் சுத்த வீரனாக தாஜ்மஹால் முன்னாடி தன் இல்லத்தரசியோட ஓடி வீடியோ எடுத்துப் போட்டாரு... என்றெல்லாம் மனது ஏத்தி விட்டாலும் உற்சாகம் எங்கிருந்தோ ஊறிக்கொண்டேதான் இருந்தது...

காவேரி கரையில குளிக்கும்பொழுது யமுனையாற்றிலே கண்ணனோடு நான் ஆட என்று பாடுவேன்? என்று கனாக் கண்டிருப்பேனா? என்கிற பிரமை இன்னும் அகல மறுத்தது...

சேவற்குழிக்கு பத்தடி தள்ளி என் முதுகில் ஒரு செல்ல அடி விழுந்தது. இது நண்பர் செந்தில் வேலுடையது... நானுந்தான் உங்களை மாதிரியே கிளம்பி வாறேன் என்று... அங்கேயிருந்து நண்பர் பிரபாகர் வீட்டுக்கு சாப்பிடப் போகலாம் என்றார்.

தலைவரே ஒரு வார்த்தைச் சொல்லிட்டுப் போவோம்... மதுரா இரண்டரை மணி நேர பயணம் போய்ட்டு இன்னொரு நாள் வேணா... செந்தில்... அட... சும்மா இருங்க நீ... நாம போகிறோம் என்று முற்றுப்புள்ளி வைத்தார்... அது அதற்குப்பிறகு கமா ஆகும் என்று அவருக்கு அப்போ தெரியாது... எனக்கும் தெரியாது டெல்லியில் வீடு கூகுளோடு கண்டுபிடித்துப் போனால் பிரபாவின் துணைவியார் கேட்டாங்க...

சாப்பிட்டாச்சுங்களா? சாப்பிடலாமா?

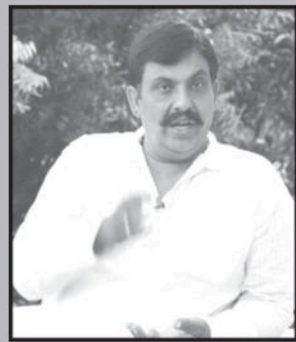
தலைவர் வேலை ஆர்வத்தில் வீட்டில் சொல்ல மறந்துவிட்டதை அப்புறமாக அறுசுவை உணவை நாங்கள் உண்ணும்பொழுது தெரிவித்தார். பிரபா வீட்டைப்பற்றியும் அந்த மதிய உணவைப் பற்றியும் எழுத அனுமதி அவரிடத்திலே வாங்கிவிட்டேன்.

அந்த அளவுக்கு கதைகள் நிறைந்திருந்தது அவுங்க வீடு. அ. முத்துலிங்கம் ஐயாவுடைய வீட்டுல... ஒரு குருவி வெளிய வந்து நேரம் சொல்லிப் போகிற மாதிரி ஒரு சுவர்க்கடிகாரம் இருப்பது குறித்து சுவாரஸ்யமாக எழுதியிருப்பார். அதே மாதிரி... (அந்தக் கடிகாரம் நான் பார்த்ததில்லை) ஒரு சுவரில் ஊசலாடாத மெக்கானிக்கல் கடிகாரம் ஒன்று இருந்தது....

அதிலிருந்து இரண்டடி நீள... இரு கம்பிகள் தொங்கின அவற்றின் கீழே மர நிறத்திலேயே...அ.முத்துலிங்கம் ஐயா கதையில் அதை பழுதுபார்த்த செய்தியை சொன்னதும்... பிரபா... தன் மனைவி... அதில் கை தேர்ந்தவர் என்றார்... மீதத்தை அவர் குடும்பத்தலைவியின் சொற்களில் கேட்கலாம்...

"நானொரு... கம்ப்யூட்டர் இன்ஜினியர்தான்... ஆனால் இந்தக் குருவி கூவ வருகிற கடிகாரத்தின் மூலம் எந்தக் கடைக்காரங்களும் மலைத்துப் போகிற பழுதையெல்லாம் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக பிரித்து மேய்வதைக் கற்றுக் கொண்டு விட்டேன்...

முனைவர் இரா. ஆனந்தகுமார் இ.ஆ.ப
தொடர்பு கொள்ள / கருத்து தெரிவிக்க
email. tmbkianand@gmail.com



வாழ்வியல் பயிற்சியாளர்
மித்திரன் ஸ்ரீ ராம்
+91 94440 - 69302

செல்வாக்கை உயர்த்தும் செயல்கள் பத்து –20

மஞ்சள் ஆளுமை
Yellow Personality

மனிதர்களைப் படித்தல் என்ற நுணுக்கத்தில் சென்ற இதழில் *Red Personality* – சிவப்பு ஆளுமை பற்றி பார்த்தோம். இப்போது, அடுத்த இரண்டாவது வகையான *Yellow Personality* - மஞ்சள் ஆளுமை பற்றி இப்போது பார்க்கலாம்.

எல்லோரும் எதிர்காலத்திலேயே வாழ்வதில்லை. வாருங்கள், உங்களுக்கு 'மஞ்சள் ஆளுமை' கொண்டவர்களை அறிமுகப்படுத்துகிறேன். இவர்கள், நிகழ்காலத்திற்காகவே வாழும் மனிதர்கள் ஆவர்.

மஞ்சள் ஆளுமை இந்த உலகிலேயே மிகவும் யோசிக்காமல் செயல்படுபவர்கள். அவர்கள் வேடிக்கையால் உந்தப்படுகிறார்கள்! தன்னைச்சுற்றி எல்லாமே உற்சாகமாக இருக்க வேண்டும் என்று அவர்கள் விரும்புகிறார்கள். எல்லாமே ஆற்றல் நிறைந்ததாக இருக்க வேண்டும் என்று விரும்புகிறார்கள்! அவர்கள் காட்சிகளுக்கு *(visual)*

அதிக முக்கியத்துவம் கொடுப்பவர்கள், அதனால் ஒரு முடிவை எடுப்பதற்கு முன்பு முழுமையாக பார்க்க விரும்புவார்கள். அவர்கள் படத்தை பார்க்க விரும்புகிறார்கள். ஒரு படம் ஆயிரம் வார்த்தைகளுக்குச் சமம் என்பதால், அந்த ஆயிரம் வார்த்தைகளையும் தெரிந்துக் கொள்ள விரும்புவார்கள். மட்டுமல்ல, மஞ்சள் ஆளுமை மனிதர்கள் பேசுவதை மிகவும் விரும்புவார்கள்.

'சிவப்பு' ஆளுமைகளுக்கும் 'மஞ்சள்' ஆளுமைகளுக்கும் இடையிலான வித்தியாசத்தைக் கண்டறிவது எளிது. நீங்கள் ஒரு 'சிவப்பு' நபரை அணுகி, "ஏய், இன்று இந்த உடையில் நீ பார்ப்பதற்கு மிகவும் நன்றாக இருக்கிறாய்," என்று கூறினால், அந்த 'சிவப்பு' நபர் உங்களைத் திரும்பிப் பார்த்து, "உனக்கு என்னதான் வேண்டும், உருப்படியாகச் சொல்?" என்று பதிலளிப்பார்.

ஆனால், ஒரு 'மஞ்சள்' நிறத்தவரிடம் *(Yellow)* சென்று அதையே நீங்கள் சொன்னால் அவர்கள் மிகுந்த உற்சாகமடைந்து, "நன்றி! உண்மையில், இந்த உடையை நான் வாங்கியதற்குப் பின்னால் ஒரு மிகவும் வேடிக்கையான கதை இருக்கிறது!" என்று பதிலளிப்பார். அதன் பிறகு, அந்தக் கதையின் முழுமையான, நீண்ட வடிவத்தையே நீங்கள் கேட்க நேரிடும்! அந்த அளவுக்கு வெளிப்படையாக பேசுவார்கள்.

சிறுகுறிப்பு :

மஞ்சள் நிறத்தினரைக் கையாள்வது... மன்னிக்கவும், அவர்கள் மீது செல்வாக்கு செலுத்துவது மிகவும் எளிது, ஏனென்றால் நீங்கள் செய்ய வேண்டியதெல்லாம் மூன்று விஷயங்கள்தான்:

ஒன்று - அவர்களை நேசிப்பது, இரண்டு - அவர்களைப் பாராட்டுவது மற்றும் மூன்று - அவர்களுக்கு எளிதாக இருக்கச் செய்வது. அவர்கள் உறுதிப்படுத்தலை விரும்பும் நபர்கள். அவர்கள் *feedback* ஐ விரும்புகிறார்கள். அவர்கள் *approval* ஐ விரும்புகிறார்கள். தாங்கள் எவ்வளவு சிறப்பாகச் செயல்படுகிறோம் என்று சொல்லப்படுவதை அவர்கள் விரும்புகிறார்கள்.

'மஞ்சள்' வகையைச் சேர்ந்தவர்கள் பொதுவாக உற்சாகமும், ஈர்ப்புமிக்க ஆளுமையும், நம்பிக்கையான மனப்பான்மையும் கொண்டவர்களாக இருப்பார்கள். இவர்கள் உலகிலேயே மிகவும் தீவிரமானத் 'தூண்டுதல் அடிப்படையில் வாங்குபவர்களாகத்' *(impulse buyers)* திகழ்கிறார்கள். ஒரு பொருள் பார்ப்பதற்குச் சரியாகத் தோன்றினால், அதை உடனடியாக வாங்கிவிடுவார்கள். குறுகிய காலத்தில் இவர்களுக்குப் பொருட்களை விற்பது மிகவும் எளிது; ஆனால், இவர்களை நீண்டகால வாடிக்கையாளர்களாகத் தக்கவைத்துக்கொள்வது மிகக் கடினம். ஏனெனில், இவர்கள் நிலையற்ற மனப்போக்குக் கொண்டவர்களாகவும், அந்தந்தத் தருணத்தில் தங்கள் மனம் எதை உணர்கிறதோ அதன்படியே செயல்படுபவர்களாக இருக்கிறார்கள்.

விற்பனையில், இவர்கள்தான் உங்கள் மனதை உண்மையிலேயே சல்லி சல்லியாக நொறுக்கக் கூடிய வாடிக்கையாளர்கள். பெரும்பாலும், அவர்கள் உங்களைச் சந்திக்கும்போது, எல்லாம் மிகவும் நன்றாக நடந்ததால், எல்லாம் திட்டமிட்டபடி நடக்கும் என்று நீங்கள் உறுதியாக நம்புவீர்கள். அவர்கள் உங்களிடமிருந்துதான் வாங்குவார்கள் என்று நீங்கள் உறுதியாக நம்புவீர்கள். உண்மையில், நீங்கள் காரில் திரும்பும்போது, அந்த விற்பனை நிச்சயம் நடக்கும் என்ற அதீத நம்பிக்கையில், அதை உங்கள் புத்தகத்தில் குறித்துவிடத் தூண்டப்படுவீர்கள். பிறகு, அடுத்த நாள் எல்லாவற்றையும் உறுதிப்படுத்த நீங்கள் அவர்களை அழைக்கும்போது, அவர்கள் வேறு ஒருவரைத் தேர்ந்தெடுக்க முடிவு செய்திருப்பார்கள். உங்களால் நம்பவே முடியாது!

நீங்கள் இருவரும் எவ்வளவு நன்றாகப் பழகினீர்கள். என்ன தவறு நடந்தது?

பிரச்சினை என்னவென்றால், உங்களுக்குப் பிறகு அவர்கள் வேறொரு விற்பனையாளரைச் சந்தித்தார்கள். அவர்களுடன் அவர்களுக்கு இன்னும் சிறப்பாகப் பொருந்திப்போனது. தங்களுக்குப் பிடித்திருந்தால், தாங்கள் கடைசியாகச் சந்தித்த நபருடனேயே இணைந்து செயல்பட வேண்டும் என்ற முடிவை இத்தகையவர்கள் மிக எளிதாக எடுத்து விடுவார்கள்.

சரி! இவர்களை அணுகி வெற்றி பெறுவது எப்படி? 'மஞ்சள்' வகையினரை ஈர்க்க, உங்கள் தயாரிப்பை *(fun and easy)* சுவாரஸ்யமானதாகவும் எளிமையானதாகவும் அமையுங்கள். அதில் உள்ள சிக்கல்களை முற்றிலுமாக நீக்கி விடுங்கள். இவர்களிடம் நீங்கள் ஒரு 20-பக்க *proposal*ஐ நீட்டினால், அவர்கள் அதை வாசிக்கவே மாட்டார்கள். மாறாக, *(graphs)* வரைபடங்கள், *(brochures)* சிற்றேடுகள், *(photos)* புகைப்படங்கள் மற்றும் *(pictures)* படங்கள் ஆகியவற்றை அவர்களுக்குக் காட்டுங்கள். அதன் மூலம், அச்செயலில் உள்ள இடர்பாடுகளை அவர்களுக்குப் போக்கிவிடுங்கள். எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக, அவர்களைச் சலிப்படையச் செய்யாதீர்கள். இவர்களிடம் நீங்கள் அளிக்கும் விளக்கக் காட்சிகள், உயிரோட்டத்துடனும் விறுவிறுப்புடனும் இருக்குமாறு பார்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

எனக்கு அந்த 'மஞ்சள் மின்னஞ்சல்' *(Yellow email)* மிகவும் பிடிக்கும். அது இப்படி அமைந்திருக்கிறது: 'ஹே நண்பா! நேற்று உன்னைப் பார்த்ததில் மிக்க மகிழ்ச்சி!!! அடுத்த வாரம் நான்கு மணிக்கு நாம் சந்தித்துப் பேசுவதை ஆவலுடன் எதிர்பார்க்கிறேன்!!! உன் சிறப்பான பணியைத் தொடர்ந்து செய்! சனிக்கிழமை நடைபெறும் விருந்தில் மகிழ்ச்சியாகக் கொண்டாடு! அது நிச்சயம் மிகச் சிறப்பாக இருக்கும்!!! வாழ்த்துக்கள்,"

அது வியப்புக்குறிகள் மற்றும் *smiley* முகங்களால் நிரம்பியிருக்கும். மேலும் அதன் அடியில், *'Boom! Boom! Boom!'* என வெடிக்கும் வகையிலான சித்திரங்களும் இடம்பெறும். அந்த 'மஞ்சள் மின்னஞ்சலுக்கு' *(Yellow email)*,

அது வந்த அதே பாணியிலேயே நீங்கள் பதிலளியுங்கள். வியப்புக்குறிகள் மற்றும் *smiley* முகங்களை உள்ளடக்கி நீங்கள் அந்த மின்னஞ்சலைத் திரும்ப அனுப்பும்போது, அதற்கு அவர்கள் அளிக்கும் *response* ஐ கவனியுங்கள். அதை அவர்கள் நிச்சயம் விரும்புவார்கள்!

'மஞ்சள்' ஆளுமை என்பது மகிழ்ச்சி, ஆற்றல், உடனடி முடி வெடுத்தல் மற்றும் நிகழ்காலத்தில் முழுமையாக வாழ்வது ஆகியவற்றைச் சார்ந்ததாகும்! உங்கள் அலுவலகத்தில் 'மஞ்சள்' ஆளுமை கொண்டவர் என்று உங்களுக்குத் தெரிந்தவர் யார்? அந்த ஆளுமை வகையினருடன் உங்களால் இணக்கமாகப் பழக முடிகிறதா? அவர்களுக்குப் பொருட்களை விற்பது உங்களுக்கு எளிதாக இருக்கிறதா, அல்லது அவர்கள் உங்களுக்கு ஒரு சவாலான ஆளுமை வகையினராகத் திகழ்கிறார்களா? எனக்குசொல்லுங்கள்.

மஞ்சள் ஆளுமை மனிதர்களின் பண்புகள் :-

நிகழ்காலத்தில் முழுமையாக வாழ்பவர்கள்.

மிகவும் உந்துதல் வேகத்தில் செயல்படுபவர்கள் *(Impulsive).*

மகிழ்ச்சி மற்றும் களியாட்டத்தையே முதன்மையாகக் கொண்டவர்கள்.

மகிழ்ச்சியான, வண்ணமயமான மற்றும் 'ஸ்மைலி' குறியீடுகள் நிறைந்த மின்னஞ்சல்களை அனுப்புபவர்கள்.

உறவுகள் மற்றும் தொடர்புகள் சார்ந்த முடிவுகளை மிக விரைவாக எடுப்பவர்கள்.

அவர்கள் *(visual)* காட்சி வடிவங்களையே விரும்புகிறார்கள் படங்கள், வரைபடங்கள் மற்றும் காணொளிகள்.

தங்களைப் போன்றே உள்ளவர்களுடன் மட்டுமே பழகவோ அல்லது பணியாற்றவோ விரும்புகிறார்கள்.

மனிதர்களைப் படித்தல் என்ற நுணுக்கத்தில் இப்போது மூன்றாவது வகையான *Aquapersonality-* அக்வா ஆளுமை பற்றி இப்போது பார்ப்போம்.

இந்த மூன்றாவது வகை ஆளுமையை நான் *Aqua personality* என்று அழைக்கிறேன். அவர்கள் தண்ணீரைப் போல, நீரோட்டத்துடன் செல்வதால், இருப்பதால் அவர்களை *Aqua* என்று அழைக்கிறேன்.

அவர்கள் மிகவும் அமைதியான ஆளுமைகள். அதனால் அவர்கள் எதையுமே செய்யாமல் சும்மாவே உட்கார்ந்திருப்பார்கள் என்று நான் கூறவில்லை! அவர்கள் உண்மையில் மோதலைத் தவிர்ப்பவர்கள். எந்த விலை கொடுத்தாவது மோதலைத் தவிர்ப்பார்கள். அவர்கள் இந்த உலகில் உள்ள மிக நல்ல மனிதர்கள்.

Red personality நெருப்பைப் போன்றும், *Yellow personality* ஒளிரும் தன்மையுடனும் திகழ்வது போல, 'அக்வா' *(Aqua)* நிறமானது ஒரு நதியைச் செதுக்கிச் செல்லும் நீரைப் போன்றது. இவர்களே மிகவும் நிலையான இயல்புடைய மனிதர்கள் ஆவர். சிவப்பு மற்றும் மஞ்சள் நிறத்தவர் வாழ்வில் பெரும் ஏற்ற இறக்கங்கள் ஏற்படக்கூடும் என்றாலும்,அக்வா நிறத்தவர் எப்போதும் நிலையாகவே இருப்பார்கள். இவர்கள் அமைதியைக் காப்பதையே பெரிதும் விரும்புவர். இவர்கள் பிறரைப் பற்றித் தவறாகப் பேசுவதையோ அல்லது மற்றவர்களைப் பற்றிப் புறம்பேசுவதையோ அறவே விரும்புவதில்லை. ஆனால் மஞ்சள் நிறத்தவருக்கோ, புறம்பேசுவது என்பது ஒரு விளையாட்டு போன்றது!

'எல்லாம் சரியாகிவிடும், நண்பா.' 'கவலை வேண்டாம்.' 'எந்தப் பிரச்சனையும் இல்லை.' 'எல்லாம் நல்லது.' என்பதே இவர்களின் பெரும்பாலான வார்த்தைகளாக இருக்கும். இவர்கள் தோழமை, விசுவாசம் மற்றும் நம்பிக்கைக்கு எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக மதிப்பளிக்கும் மிக நல்ல மனிதர்கள். *Aqua* ஏறக்குறைய அனைவருடனும் எளிதில் பழகிவிடுவார்கள். அவர்கள் பொதுவாக சுதந்திரமானவர்களாகவும், சூழ்நிலைக்கு ஏற்ப தங்களை மாற்றிக் கொள்பவர்களாகவும், அரசியல் சாராதவர்களாகவும், பிறர் பேச்சைக் கேட்பவர்களாகவும் இருப்பார்கள்.

அவர்கள் சூழ்நிலைக்கேற்ப தங்களை மாற்றிக்கொள்வார்கள், மேலும் மென்மையான குரலையும் நையாண்டி நகைச்சுவையையும் கொண்டிருப்பார்கள். அவர்கள் மற்ற அனைத்து ஆளுமைகளுடனும் இணக்கமாகப் பழக விரும்புவார்கள்.

மேலும் அவர்கள் பச்சோந்தியைப் போல தங்களை மாற்றிக்கொள்ளும் திறன் கொண்டவர்களாக இருக்க அதிக வாய்ப்புள்ளது இங்கு விவரிக்கப்பட்டுள்ள அனைத்து ஆளுமை வகைகளிலும், தங்களைச் சுற்றியுள்ள சூழலுக்கு ஏற்ப தங்களை மாற்றிக்கொள்ளும் திறன் இவர்களுக்கே அதிகம்.

இங்கே நீங்கள் முக்கியமாக கவனிக்க வேண்டிய ஒரு வேறுபாடு ஒன்று உள்ளது. அவர்களின் சூழ்நிலைக்கேற்ப தங்களை மாற்றிக்கொள்ளும் இயல்பை நீங்கள் அவர்களின் பலவீனம் என்று குழப்பிக் கொள்ளக்கூடாது. மற்ற மூன்று ஆளுமைகளைக் காட்டிலும், *Aqua* மற்றவர்களின் ஆளுமைக்கு ஏற்ப தங்களை மாற்றிக் கொள்வதிலும், அமைதியைக் காப்பதிலும் சிறந்தவர்களாக இருக்கிறார்கள்.

உதாரணமாக, ஒரு சிவப்பு ஆளுமை நபர் சக ஊழியரின் பலவீனங்கள் அல்லது அவர் உணரும் குறைபாடுகளைக் கையாள்வதில் சிரமப்படலாம். ஒரு மஞ்சள் ஆளுமை நபர் ஒரு திட்டத்தின் விவரங்களைக் கேட்பதிலோ அல்லது அதன் மூலம் செயல்படுவதிலோ அதிக சிரமப்படலாம். மற்ற ஆளுமையினர், பொருத்தமான சமயங்களில் விட்டுக்கொடுப்பதிலும், சூழ்நிலைக்கேற்ப தங்களை மாற்றிக் கொள்வதிலும் சிரமப்படலாம். ஆனால் *Aqua* நபர் எந்தச் சூழ்நிலையிலும் மிக எளிதாகத் தங்களை மாற்றிக் கொள்பவர்களாக இருக்கிறார்கள்.

'Aqua' ஆளுமை கொண்டவர்களிடம் உங்கள் கருத்தை முன்வைக்கும்போது, மற்ற ஆளுமை வகையினரை விட இவர்கள் தங்கள் எண்ணங்களை மிகக் கவனமாகத் தங்களுக்குள்ளேயே பூட்டி வைத்துக் கொள்வார்கள் என்பதை நீங்கள் உணர்ந்துக் கொள்ள வேண்டும். மேலும், உங்கள் மனதைப் புண்படுத்தவோ அல்லது ஒரு சங்கடமான உரையாடலில் ஈடுபடவோ அவர்கள் விரும்பாததால்,மோதல்களைத் தவிர்க்க அவர்கள் எதையும் செய்யத் துணிவார்கள்.

எனவே, உங்களுக்கு அந்த வேலை கிடைக்கவில்லை என்பதை நேரடியாகச் சொல்வதைத் தவிர்ப்பதற்காக, அவர்கள் உங்களை இழுத்தடிக்கலாம்; அல்லது உங்களுக்கு 'இல்லை' என்று சொல்ல மனமில்லாத காரணத்தினால், உங்கள் தொலைபேசி அழைப்புகளுக்குப் பதிலளிக்காமலும் இருக்கலாம்.

சிறுகுறிப்பு:

Aquas அழுத்தத்திற்குப் பணியமாட்டார்கள். பொதுவாக, முன் வைக்கப்படும் விஷயத்தில் அவர்கள் முழுமையாக நிம்மதியாகவும் சௌகரியமாகவும் உணராவிட்டால்,அவர்கள் உங்கள் யோசனையை ஏற்றுக்கொண்டு உங்களுக்குச் சாதகமான முடிவை எடுக்கமாட்டார்கள். ஒரு முடிவை உடனடியாக எடுக்க வேண்டும் என்று அவர்களை நெருக்கடிக்கு உள்ளாக்குவதன் மூலம், அவர்களுக்கு அசௌகரியத்தை ஏற்படுத்துவதே நீங்கள் செய்யக்கூடிய மிக மோசமான செயலாகும். எனவே, அதை தவிர்ப்பதே நல்லது.

அவர்கள் பயன்படுத்தும் வார்த்தைகளின் வகைகளைக் கவனியுங்கள். உங்கள் முன்னிலையில் அவர்கள் சௌகரியமாக உணர்வதற்குப் போதுமான நேரத்தை எடுத்துக்கொள்ளுங்கள். இவர்கள் ஒருமுறை உங்களுடன் இணைந்துவிட்டால், மிகுந்த விசுவாசத்துடன் இருப்பார்கள். அவர்களைச் சிறப்பாக நடத்துங்கள்; அவர்கள் வாழ்நாள் முழுவதும் உங்கள் வாடிக்கையாளர்களாகத் தொடர்வார்கள்.

*Timeline*ன் அடிப்படையில் பார்க்கும்போது 'அக்வா' *(Aqua)* வகையினர் கடந்த காலத்தின் மீதே அதிக நேரத்தைச் செலவிடுகின்றனர். உதாரணமாக உயர்நிலைப் பள்ளியில் தங்களுக்கு இருந்த நண்பர்கள் குழுவுடன் இவர்கள் இன்றும் தொடர்பில் இருப்பது. ஆண்டுகள் பல கழிந்தாலும் அடிக்கடி தனது பழைய நண்பர்களைச் சந்தித்து பழைய நினைவுகளை பகிர்ந்து கொள்வது, இப்படி.

ஏன் அவர்கள் இன்றும் அந்த நண்பர்களுடன் தொடர்பில் இருக்க விரும்புகிறார்கள்; ஏனெனில், 'அக்வா' வகையினரைப் பொறுத்தவரை, எல்லாமே நம்பிக்கையைச் சார்ந்ததே ஆகும். அவர்கள் அந்த நண்பர்களை முழுமையாக நம்புகிறார்கள்.

'Aqua' பாணி மின்னஞ்சல்கள், 'உணர்வு' *(feel)*, 'ஏற்புடைமை' *(adaptive)*, 'நெகிழ்வுத்தன்மை' *(flexible)*, 'முடிவெடுக்கக் கூடுதல் அவகாசம்' எடுத்தல், 'முன்னேற வசதியாக *(comfortable to moveforward)*உணர்தல்' அல்லது 'விரைந்து முடிவெடுக்கச் சங்கடமாக *(uncomfortable to make a quick decision)*உணர்தல்' போன்ற சொற்களையும் சொற்றொடர்களையும் பயன்படுத்துவார்கள். இவை தோற்றத்தில் பொதுவாகவே தொழில்முறை சார்ந்தவையாக இருந்தாலும், அவற்றின் தொனி சற்று மென்மையானதாக அமைந்திருக்கும். இவர்களின் நகைச்சுவை சற்று நுட்பமானதாகவும், பொதுவாகவே அரசியல் சாராததாகவும், மோதல் போக்கற்றதாகவும் இருக்கும்.

உங்கள் அலுவலகத்தில் 'அக்வா' *(Aqua)* வகையைச் சேர்ந்தவர் என்று உங்களுக்கு யாரையாவது தெரியுமா? அந்த நிற வகையைச் சேர்ந்தவர்களுடன் உங்களால் இணக்கமாகப் பழக முடிகிறதா? அவர்களிடம் விற்பனை செய்வது உங்களுக்கு எளிதாக இருக்கிறதா, அல்லது அவர்கள் உங்களுக்கு ஒரு சவாலான 'நிற' வகையாகத் திகழ்கிறார்களா? எனக்கு சொல்லுங்கள்.

***Aqua personality* மனிதர்களின் பண்புகள் :-**

மோதலைத் தவிர்ப்பவர்கள்; பெரும்பாலும் மென்மையான குரலில் பேசுவார்கள்.

மற்றவர்களுடன் எளிதில் இணங்கிப் போவார்கள் மற்றும் அவர்களை ஏற்றுக்கொள்வார்கள்.

அவசர முடிவுகளை எடுக்க மாட்டார்கள் மற்றும் தங்கள் திட்டங்களை வெளிப்படுத்தாமல் இருப்பார்கள்.

பொதுவாக அதிக அழுத்தத்தை விரும்புவதில்லை.

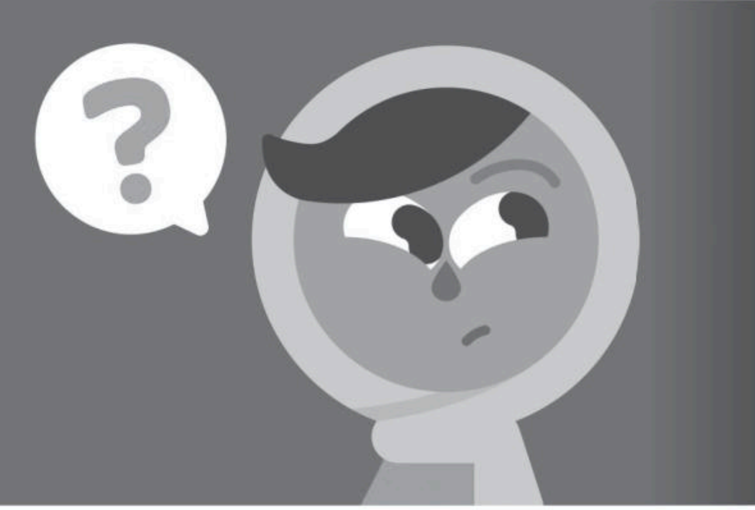
நம்பிக்கைக்கு அதிக மதிப்பு கொடுப்பார்கள்.

மிகுந்த விசுவாசம் கொண்டவர்கள்.

பதில் 'இல்லை' என்றால், பெரும்பாலும் மீண்டும் அழைக்க மாட்டார்கள்.

மனிதர்களை படித்தலின் நான்காவது வகை- *Blue Personality*- நீல ஆளுமை, யார், எப்படி?

அதை அடுத்த இதழில் காண்போம்.



டாக்டர் அனுராதா கிருஷ்ணன்
காரைக்கால்
அலைபேசி : 98422 56581

பெண்களுக்கான வாழ்வியல் நுட்பங்கள்

33. கற்பும் கட்டுப்பாடும்

அன்புத் தாய்மார்களே! கற்பு பற்றிய பேச்சை எடுத்தாலே பிரச்சனை ஏற்படும் அளவுக்கு நம் சமுதாயம் அமைப்பு கையாள்வதால், சற்று ஜாக்கிரதையாகவே நாம் கற்பு பற்றிய விவாதத்தை பார்போம். நான் இந்தத் தலைப்பை மகளிர் நலத்தில் விவாதிப்பதால். பெண்களுக்கு மட்டுமே கற்பை வலியுறுத்துவதாக யாரும் நினைக்க வேண்டாம். கற்பின் பொறுப்பை சமுதாயமானது பெண்ணின் தலையில் ஏற்றும் போக்கைப் பற்றியும் விவாதிக்க இருப்பதால் இத்தலைப்பு இங்கு வைக்கப்பட்டுள்ளது. வேறு உள் நோக்கம் ஏதும் இல்லை. முதலில் கற்பு பற்றியும் அதனை வலியுறுத்தும் காரணம் பற்றியும் அலசுவதற்கு முன் அடிப்படை விஷயமான கட்டுப்பாடு மற்றும் சுதந்திரம் ஆகிய இரண்டு நிலைகளை முதலில் புரிந்துக் கொள்வோம். கட்டுப்பாடு என்பது உண்மையில் சுதந்திரத்தின் எதிர்த் தன்மையல்ல. அது சுதந்திரத்தோடு ஒத்துவரும் நிலைதான். என்ன குழப்புகிறேனா?. அவசரப்பட வேண்டாம். நமக்குள் கட்டுப்பாடு ஏற்படுத்திக் கொள்வது என்பது, கட்டுக் குலைந்து வீணாகக் கூடாது என்பதற்காகத் தான்.

நாம் நம் இஷ்டத்திற்குத் திரிந்து சுய ஒழுக்கமின்றி வாழ்வோமாயின், வாழ்வின் பல சிக்கல்களுக்கு ஆட்பட்டு வெளிவர முடியாமல் சிறைபட்டு விடுவோம். ஆகவே, கட்டுப்பாடு என்பது, எதிலும் சிக்காமல் இருந்து, சுதந்திரத்தை அனுபவிக்க வாய்ப்பு அமைத்துத் தரவே ஏற்படுத்தப்பட்டுள்ளது. ஆகவே, கட்டுப்பாட்டை வெறுக்காமலும், மீறாமலும் மதித்து, நமக்கான சுதந்திரத்தை உளப்பூர்வமாக கொண்டாடுவோம். ஆக, இந்தப் புரிதலோடு நாம் இனி கற்பை அனுகுவோம்.

அடுத்து கற்பை அதிகமாக பெண்களுக்கு வலியுறுத்துவதைப் பற்றி பார்போம். அன்புத் தோழியர்களே! விலங்குகளில் ஆண் பெண் பால் வித்தியாசங்களை நாம் முக்கியமாக கவணிக்க வேண்டும். பொதுவாக விலங்குகளில் ஆண் தான் கவர்ச்சியாக இருக்கின்றன. ஆண் மயிலுக்குத் தோகையும், ஆண் மானுக்கு அழகிய கிளைவிட்ட கொம்பும், ஆண் யானைக்கு அழகியத் தந்தமும் இருக்கின்றன. அதே போல், ஆண் சிங்கம் மற்றும் புலியின் கம்பீரத் தோரணை நிச்சயமாக பெண் இனத்திற்கு கிடையாது. மற்ற எல்லா பாலூட்டிகளின் நிலைமை இப்படியாக இருக்க, மனிதனில் மட்டும் எதிர் நிலையாக மாறியிருப்பது ஏன் என்று புரிகிறதா?

விலங்குகளின் வாழ்க்கையில் ஆண் பெண் பந்தம் என்பது ஒரு இனையின் குட்டிகள் சுயமாக உணவு தேடும் நிலை வரைதான் தொடர்கிறது. அதுவே, மனித வாழ்க்கையில் உண்டாகும் ஆண் பெண் பந்தமானது வாழ்நாள் முழுவதும் தொடர்கிறது *(Long Term Parental Bonding)*. விலங்கினத்தில் உள்ளது போல் குறிகிய கால பந்தமாக இல்லாமல், நீடித்த பந்தமாக இல்லறம் தழைக்க, பெண் துணையின் கவர்ந்திழுத்தல் தேவைப்படுகிறது. இதை நான் கூறக் காரணம், ஆண் கவர்ச்சியை சார்ந்திருக்கும் விலங்கினங்களில் இனப்பெருக்கச் செயலுக்கு மட்டுமே ஆண் தேவைப்படுகிறது. அந்தத் தேவை முடிந்ததும் உயிரைவிடும் ஆண் சமூகக் கட்டமைப்பு தேனிக்களிடம் உண்டு. அதுபோன்ற ஆண் கவர்ச்சியமைப்பு மனிதர்களிடம் இருந்தால், தரமான தலைமுறையை வளர்க்க பெண் மட்டுமே பொறுப்பாக இருக்க வேண்டியதிருக்கும். ஆக, பெண்மையின் கவர்ச்சியால் மட்டுமே ஆண் நீடித்த பந்தத்தில் பிணைக்கப்பட்டு இல்லறத்தை

சிறக்கச் செய்கிறான். இப்படி நீடித்த பந்தத்தின் தேவை இருக்கும் போது, பெண்ணானவள் கற்பு என்ற கட்டுப்பாட்டை தகர்த்தெறியும் போது, குடும்ப அமைப்பே நிலை குலையும் ஆகையால், பெண்ணிற்கு கற்புக் கட்டுப்பாட்டை நம் முன்னோர்கள் வலியுறுத்தினார்கள். அதே சமயம் ஆண் என்பவன் பெண்ணைச் சார்ந்து இருக்க வேண்டியுள்ளதால் அவன் பெண்ணின் கட்டுக்குள் இருப்பான் என்று முன்னோர் சமுதாயம் நம்பிக்கைக் கொண்டிருந்தது. ஆனால், விஞ்ஞானம் வளர்ந்த வேகத்திற்கு மெய்ஞானம் வளராத நம் காலத்தில் அன்புக் கவர்ச்சிக்கு ஆட்படுவதை விட, பொருள் கவர்ச்சிக்கு ஆட்படுவது அதிகமாக இருக்கிறது.

ஆகவே, நாம் சுதந்திரம் என்று கூறிக்கொண்டு கட்டுப்பாடின் முக்கியத்துவத்தை உணராமல், ஏட்டிக்கு போட்டியாய் "ஆண் எப்படி வேண்டுமானாலும் இருக்கலாம்! ஆனால், பெண்தான் கற்புக்குப் பொறுப்பா? என்று கேட்கத் தொடங்கிவிட்டோம். நீங்கள் இப்படியெல்லாம் கேட்கக் கூடாது என்று நான் கூறவில்லை. அதே சமயம், தானும் கற்பின் கட்டுப்பாட்டோடு வாழ்ந்து, தன் துணையும் அவ்விதமாக வாழும் தன்மையில் வைத்துக் கொள்வதுதான் நல்ல இல்லறத்தின் சூட்சுமமாகும். இதைப் புரிந்து கொண்ட ஞான மகாகவி பாரதியார், கற்பை ஆணுக்கும் பெண்ணுக்கும் பொதுவில் வைப்போம் என்று கூறியுள்ளார்.

பத்து மாதம் பிள்ளைப் பேறு காலம்; ஒரு வருட தாய்ப்பால் ஊட்டும் காலம்; பள்ளி செல்லும் முன் உள்ள குழந்தை வளர்ப்புக் காலம் என்று இத்தனைச் சாதகமான விஷயங்கள் உங்களுக்கே என இருக்க, ஏன் ஆண் வர்கத்தை போட்டி மனோபாவத்துடன் பார்க்க வேண்டும்? குடும்ப ஒருங்கிணைப்பு கற்பொழுக்க நெறியில் இருக்கிறது. ஒரே வாழ்க்கைத் துணைவியுடன் திரும்பத் திரும்பக் கலவி கொள்ள, காமம் மாத்திரம் உந்து சக்தியாக இருந்தால், இல்லறம் கசந்துவிடும். அதுவே, காதலும் கலந்திருந்தால், இல்லறம் என்றும் இனிக்கும். இந்தக் காதலால்தான், பங்கு போட்டு குழந்தைகளை வளர்ப்பதற்கு பதில், போட்டி போட்டு வளர்ப்பது சாத்தியமாகும். வாழ்க்கைத் துணையின் மேல் காதல் குறைவதால்தான் காமம் மிகுதியாகி வேறு தேடல் நிகழ்கிறது.

படிதாண்டி இல்லற இச்சை தேடும் ஆண் மகன் செயலுக்கு கண்டிப்பாக அவனின் வாழ்க்கைத் துணைவிக்கும் பங்குண்டு என்பதைப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். காரணம், அவள் வசம் கவரப்பட்டுதான் வாழ்க்கை ஆரம்பமானது. அந்தக் கவர்தலை காதலால் நிலைக்க வைக்கும் வாய்ப்பை நழுவவிட்டது யார்? சமயோசிதமாக சிந்திக்கும் தோழியர்களே! முரண்டு பிடிக்கும் காளையை அடக்கும் சாமர்த்தியம் இருந்தும், தவற விட்டது யார்?

கற்புடன் இருப்பது என்பது நம் மரபியல் தன்மையாகும். நம் உடல் செல்லனுக்கள் *(Somatic Cells)* இரட்டைய *(Diploid)* குரோமோஸோம் தொகுப்புகளைக் கொண்டுள்ளன. ஒரு தொகுப்பு தந்தையிடமிருந்தும் மற்றொன்று தாயிடமிருந்தும் வந்தவையாகும். இந்த உடல் செல்கள் ஜனன உறுப்பில் விந்தனு அல்லது முட்டையாக உருவாக, ஒற்றைக் *(Haploid)* குரோமோஸோம் தொகுப்பைக் கொண்ட செல்களாக மாற்றப்படுகின்றன. இவ்வாறு இரட்டைத் தொகுப்பில் இருந்து ஒற்றைத் தொகுப்பாக மாறிய ஆணின் விந்தும், பெண்ணின் முட்டையும் இணையும் போது *(Fertilization)* திரும்பவும் இரட்டை *(Diploid)* குரோமோஸோம் தொகுப்பைக் கொண்ட கருவாகிறது. இவ்வாறு இரட்டை குரோமோஸோம் தொகுப்பு உடல் செல்கள் ஒற்றை குரோமோஸோம் தொகுப்பு கருவணுக்களாக மாற்றப்படுவதற்கு முன், இரட்டைக் குரோமோஸோம்கள் யாவும் ஒன்றோடு ஒன்று ஜோடி சேர்கின்றன *(Synapsis)*. பின்னர் ஜோடி சேர்ந்த குரோமோஸோம்கள் ஒரு சில பகுதிகளில் கலப்பு *(Crossing Over)* செய்து கொள்கின்றன. ஆக, தன் ஒத்த ஜோடியோடு கலப்பு நிகழ, கலப்புக்கு முன் ஜோடிப் பரிசோதனை நிகழ்கிறது. அவ்வாறு தன் ஒத்த ஜோடிக்கு பதில் ஒத்துவராத ஜோடியோடு கலப்பு நிகழுமாயின் மரபணு மாற்றம் அதிரடியாக நிகழ்ந்து வேண்டாத தன்மைகளை அடுத்த சந்ததியில் வெளிப்படுத்துகிறது. ஆக, கற்புடைமை நமது மரபுக்கூறின் சரிபார்த்தல் தன்மையாகும்.

மரபுக்கூறு சரிபார்ப்பு என்பது இரு பால் (தந்தை வழி மற்றும் தாய் வழி) குரோமோஸோம்களையும் சரிபார்ப்பது ஆகும். இந்தவகையில் நாம் கற்பை அனுகுவோமேயானால், ஆண் பெண் இரு பாலருக்குமே கற்பென்பது பொதுவானதாகும். இதில் எவர் ஒருவர் தவறினாலும், வேண்டாத அதிரடி மாற்றத்தை உயிர் மரபுக் கூறில் பதியவைக்கும். கற்பு தவறுபவர்கள் வேண்டாத தன்மைகளை சமுதாயத்தில் பதிய வைக்கிறார்கள். கற்போடு வாழ்தல் தூய்மையோடு வாழ்தலாகும். கற்பு தவறுதல், சமுதாய கடமை தவறுவதாகும்.

கற்பின் தன்மை மரபுக்கூறின் இயல்பு! அது இரு பாலருக்கும் பொதுவே!

கற்புடன் வாழ்வது ஆண்ம சுத்தம்! கற்புத் தவறுவது கடமை தவறுவதாகும்!

துரோகம்

(சிறுகதை)

வாழையூர்குணா...

மல்லிகா வெகு நேரமாக அவன், வருகைக்காக காத்திருந்தாள். அவன் வந்ததும், சற்று கோபமாகவே பேசத் தொடங்கினாள்.

“ஏங்க இவ்வளவு நேரம்?” என்றதும், “நான் என்ன மல்லிகை பூவா வாங்க போனேன்? என் தங்கத்துக்கு தங்க நகையில்ல வாங்கப் போனேன்,” என அவன் சொன்னதும், அவளுக்கு இருந்த கோபம் கரைந்து போனது.

“சரி... சரி... சாப்பிட வாங்க" என்று அவன் கையைச் செல்லமாகப் பிடித்திழுத்துப் போய், டைனிங் டேபிளில் உட்கார வைத்து மீன், முட்டை, சிக்கன் என அசைவ உணவினை ஆசையாகப் பரிமாறினாள். அவனும் அவளை இரசித்தபடி ருசித்து சாப்பிட்டான். சாப்பிட்டு கை கழுவியவன் அவள் சேலை முந்தானையில் கையைத் துடைத்தபடி, “சாப்பாடு சூப்பர்" என்று அவன், அவளை பாராட்டியவன்,

“என் கை பட்டா எல்லாமே சூப்பர் தான்" என்று பெருமைப்பட்டுக் கொண்டாள்.

அவள் மடித்து தந்த வெற்றிலை பாக்கு போட்டுக் கொண்டான்.

இருவரும் வெகு நேரமாகப் பேசி சிரித்து மகிழ்ந்தனர்.

அவள் தோளில் கை வைத்து வளைத்துப் பிடித்திழுத்து அழுத்தமாக ஒரு முத்தம் கொடுத்தான்.

"கொஞ்சம் இருங்க" என்று எழுந்துப் போய் கதவைத் தாழ்யிட்டு வந்தாள். அதைப் பார்த்தவன்,

“ நான் மறந்தே போயிட்டேன்" என்றான்.

“நான் எப்பவும் அதுல உசார்தான்"

“அதான் பார்த்தாலே தெரியுது" என்று கண் சிமிட்டினான். "என்னங்க... எனக்கு இன்னொரு செயின் இதே மாதிரி எடுத்து கொடுங்க..." என்று கொஞ்சலாகக் கேட்டாள்.

“உனக்கு இல்லாததா, செல்லம் கண்டிப்பா வாங்கி தரேன்" என்று அவளைக் கட்டிப்பிடித்தான். அவன் கை அவள் மேனியில் சரளமாக விளையாட தொடங்கியது. "என்னங்க பெட் ரூமுக்கு போயிடலாம்" என்று தனபாலின் காதருகில் கிசுகிசுத்தாள்.

அவனை இழுத்துப் போனாள், பெட்ரூமுக்குள் சென்றவர்கள், ஒருவர் மீது, ஒருவர் சாய்ந்து சந்தோஷமாக இருந்தபோது,

“டக்... டக்.. டக்..." வெளிக் கதவு தட்டும் சத்தம் கேட்டு தனபாலுக்கு பகீரென்றிருந்தது.

“யாரது?” என்றபடி கதவைத் திறந்தவன், அவளைப் பார்த்தவனுக்கு பேரதிர்ச்சி,

அவள், வேற யாருமில்லை. தனபாலின் மனைவி அபிராமிதான்.

அந்த இடத்திலேயே ருத்ரதாண்டவம் ஆடுவாள் என்று நினைத்தான், ஆனால் அவள் அப்படி எதுவும் செய்யாமல் கண்ணியமாக அவனை அழைத்து வந்தாள். என்னதான் இருந்தாலும் மல்லிகா தாலி கட்டாத அவனின் ஆசை நாயகி, அபிராமியை அவளால் தடுத்து நிறுத்த முடியவில்லை. தனபால்மனைவி பின்னால் ஒரு குற்றவாளியைப் போல தலை குனிந்தபடி நடந்தான். வீட்டிற்கு வந்தவர்கள்,

வீடு திறந்திருந்ததைப் பார்த்து அதிர்ச்சியடைந்தனர். சுதாரித்து வீட்டிற்குள் நுழைந்தவர்கள் மேனகா அலங்கோலமாக நின்றிருந்தாள்.

“என்னம்மா... ஒரு மாதிரியா இருக்க? உடம்பு ஏதும் சரியில்லையா" என்று வாஞ்சையாக அவளை கட்டியணைத்தபடி கேட்டான்.

“அண்ணே..." என்று அவள், பேசுவதற்குள் கண்களில் நீர் சுரந்து அது மழைத்துளிப் போல கொட்டியது.

மேனகா பிறந்ததும், அம்மா இறந்துவிட்டாள், மனைவி இறந்த துக்கம் தாங்காமல் அவன் அப்பாவும் இறந்து போனார். மேனகாவை தனபால் தான் தாயாகவும், தந்தையாகவும், அண்ணனாகவும் இருந்து செல்லமாக வளர்த்து, படிக்க வைத்து, அளவுக்கு அதிகமாக வரதட்சணைக் கொடுத்து திருமணம் செய்து வைத்தான்.

திருமணம் நடந்து இன்னும் ஒரு வருடம் கூட ஆகவில்லை. அதற்குள் கண்ணைக் கசக்கிக் கொண்டு வந்திருக்கும் தங்கையைப் பார்த்தவனுக்கு, மனம் பதைபதைத்தது. "என்னம்மா... நடந்தது?'' என்று மீண்டும் கலக்கத்துடன் கேட்டான்.

“அண்ணா... அவர் வேறவொருத்தியை வச்சுக்கிட்டு, எனக்கு துரோகம் பண்ணுறாரு, சரியா வீட்டுக்கு வரதில்லை. குடும்ப செலவுக்குப் பணம் தரமாட்டுறாரு,அந்த வீட்டுல எனக்கு ஆதரவாகப் பேச மாமனாரும் இல்ல, மாமியாரும் இல்ல, நான் போட்டுகிட்டு போன இருபது பவுன் நகையையும் கூத்தியாகிட்ட கொடுத்துட்டான், இனிமே என்னால அந்தத் துரோகி கூட சேர்ந்து வாழ முடியாதுண்ணா" என்று அபிராமி அவனைப் பிடித்து கதறியழுதாள்.

அவளுடன், சேர்ந்து மேனகாவும் அழுதாள். அவன், ஒரு கையில், அபிராமி கண்ணீரையும், இன்னொரு கையில் மேனகா கண்ணீரையும் துடைத்து விட்டான். தனபால் தன் தவறை உணர்ந்து,

அவன் தங்கை கணவனின் தவற்றைத் திருத்துவதற்காக அவன் கால்கள் அவனை, நோக்கி பயணிக்கத் தொடங்கினான்.

நன்றி!

Ragam
experience the rich taste of quality

ராகம் பேக்கரி
ராகம் கேக் ஷாப்

அலுவலகம்

99A, சத்தி மெயின் ரோடு, சரவணம்பட்டி, கோவை - 641035.
போன் : 9965509109, Email : ragambakes@gmail.com,Website : www.ragamcakes.com

BRANCH CONTACT

1. சரவணம்பட்டி - 9095299000
2. சேரன்மாநகர் - 9585521454
3. குரும்பபாளையம் - 9585521453
4. கணபதி - 9965509109
5. துடியலூர் - 9965509109
6. காளப்பட்டி பிரிவு - 9965509109
7. அம்மன்நகர் - 9965509109
8. ஐடி பார்க் கீரணத்தம்
9. வெள்ளக்கிணறு
10. அன்னூர்

தன்னம்பிக்கை மாத இதழ்
ராகம் பேக்கரியில் கிடைக்கும்

ஆரோக்கியம் எனது பிறப்புரிமை

இன்று வெள்ளிக்கிழமை. ஏப்ரல் மாதம் 17ஆம் தேதி.

ஓர் அன்பு சகோதரி அழைத்தார். அவர் கணவருக்கு ஒரு பாதிப்புக்கு ஆலோசனை கேட்டார். அங்கு சென்று அவரைப் பார்த்து மனதளவிலே நீங்கள் குணமானதாக நினைத்துக் கொள்ளுங்கள் குணமாகிவிடும் என்று சொல்லி ஒரு செயல் செய்து வந்தேன்.

தீதும் நன்றும் பிறர் தர வாரா
என்பது நமக்குத் தெரியும்.

ஆனாலும் கூட நமக்கு உடல் மற்றும் மன பாதிப்புகள் என்று வருகின்ற பொழுது நம்முடைய மனமானது கற்பனையாக மரணம் வரை பயணித்து விடுகிறது.

இந்த மரண பயத்தை மற்றவர்கள் தங்களுக்கு சாதமாக்கிக் கொண்டு நம்முடைய உடல் மற்றும் மன பாதிப்புகளை மேலும் மோசமாக்குகிறார்கள்.

இந்த உண்மையை நாம் தெரிந்துக் கொள்ள வேண்டும் சுதந்திரப் போராட்ட காலத்தில் பால கங்காதர திலகர் அவர்கள் சுதந்திரம் எனது பிறப்புரிமை அடைந்தே தீருவேன் ஆங்கிலத்தில்

Swaraj is my birthright, I have it என்று கூறியதை நினைத்துப் பார்த்தேன். இந்த ஒரு வரி அன்றைய காலத்திலே வாழ்ந்த மக்கள் மத்தியிலே ஒரு எழுச்சியை உருவாக்கி அண்ணல் காந்தி அடிகள் தலைமையை ஏற்றுக் கொள்ள வைத்தது. விளைவு நாம் இன்று சுதந்திர இந்தியாவில் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறோம்.

இயற்கையின் படைப்பிலே ஐந்தறிவு வரை உள்ள உயிரினங்கள் ஆரோக்கியமாக வாழ்ந்து கொண்டிருக்கின்றன.

ஆனால் ஆறாவது அறிவான சிந்திக்கக் கூடிய அறிவை பெற்ற மனிதர்கள் மட்டும் இந்த சிந்தனை அறிவு இருக்கின்ற ஒரே காரணத்தாலே பலவிதமான தொல்லைகளை உருவாக்கிக் கொண்டு அதனை போக்குவதற்காக மேலும் பல புதிய பொருட்களை உபயோகித்து தங்களுடைய வாழ்க்கையை வீணடித்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள்.

எனக்குள் தோன்றியது. எப்படி பால கங்காதர திலகர் சுதந்திரம் எனது பிறப்புரிமை அடைந்தே தீருவேன் என்றாரோ அதேபோல ஆரோக்கியம் எனது பிறப்புரிமை அடைந்தே தீருவேன் என்ற ஒரு வரி உருவானது.

ஏனென்றால் இயற்கை படைத்துள்ள எல்லா உயிரினங்களும் மகிழ்ச்சியாக மன நிறைவாக ஆரோக்கியமாக அமைதியாக வாழ வேண்டும் என்றுதான் படைத்திருக்கிறது.

இதிலே நமக்கு ஏதேனும் பாதிப்பு என்றால் அந்த பாதிப்புக்கு நாம் மட்டும்தான் பொறுப்பு.

நம்முடைய மனம் அந்த பாதிப்பை பற்றி சிந்தித்துக் கொண்டே இருக்கின்ற பொழுது பாதிப்பு அதிகமாகிக் கொண்டே இருக்கிறது..

நமக்கு இருப்பதை நினைப்பதை விட்டு என்ன தேவை என்பதை நினைக்கின்ற பொழுது அந்த பாதிப்பில் இருந்து வெளிவந்து ஆரோக்கியமாக, ஆனந்தமாக, அமைதியாக வாழுகின்ற ஒரு சூழலை நம்முடைய மனமும் உடலும் உருவாக்கிக் கொள்ளும்.

இதற்கு நாம் செய்ய வேண்டியது பெரிய செயல் எதுவும் கிடையாது. செலவில்லாதச் செயல். பெரிய நேரமும் தேவையில்லை. ஒன்றே ஒன்று செய்ய வேண்டும்.

நாம் எதை சாப்பிட்டாலும் அந்த பொருளை வாய்க்குள் போட்டு உதடுகளை மூடி நன்றாக

மென்று சாப்பிட வேண்டும். ஒரு வேலை உணவு குறைந்தது 30 நிமிடங்கள் சாப்பிட்டால் போதும் நம்முடைய உடல் மன பாதிப்புகள் அகன்று சுறுசுறுப்பாக, புத்துணர்ச்சியாக, ஆரோக்கியமாக, அமைதியாக வாழ்வதற்கான சூழலை நம்மால் உருவாக்கிக் கொள்ள முடியும் செயல் ஒன்று விளைவு பல நம்முடைய மனமானது தேவையற்றதை நினைத்து இப்படியாயிருமா அப்படி ஆயிருமா? என்று கற்பனையாக நினைத்துக்

அருள்நிதி Jc. S.M.பன்னீர்செல்வம்
கோவை செல் : 8072887131

கொண்டு அந்த உடலிலே ஓடிக்கொண்டிருக்கின்ற ரத்தம் காத்து வெப்பம் எல்லாவற்றையும் பாதித்துக் கொண்டிருக்கிறது.

இந்த பாதிப்பில் இருந்து வெளிவர வேண்டும் என்றால் திடமாக ஒன்றை

நம்ப வேண்டும் எப்படி ஆறறிவு இல்லாத உயிர்கள் இன்றைக்கு எந்த விதமான இடங்களுக்கும் சென்று தம்முடைய பாதிப்புகளை சரி செய்து கொள்வதற்கு எந்த முயற்சியும் எடுக்காமல் சரியான உணவுப் பழக்கம் சரியான வாழ்க்கை முறை இவற்றை கடைப்பிடித்து வாழ்கிறதோ அதே முறைக்கு நாமும் செல்ல வேண்டும் வாழ்க்கை முறை என்பது சூரியனை மையமாக வைத்து செயல்படுகிறது என்பதை நம்மில் பலர் மறந்து விட்டோம் அதனுடைய வெளிப்பாடுதான் உடல் மன பாதிப்புகள் சூரியன் நமக்குத் தெரிகின்ற போது நம்முடைய பணிகளை செய்வது சூரியன் மறைந்து இருக்கின்ற போது நம்முடைய உடலுக்கும் ஓய்வு தருவது இந்த ஒரு அணுகுமுறையை நாம் செய்கின்ற போது ஆரோக்கியம் நம்முடைய பிறப்புரிமை என்பதை நம்முடைய உடலும் மனதும் திடமாக நம்பும் அதன் அடிப்படையிலேயே நம்முடைய ஒவ்வொரு நாளும் திட்டமிடப்பட்டு காட்சியாக காணப்பட்டு நம்முடைய வாழ்க்கை தேர்வு மிக அற்புதமாக நகரும் என்பதை நம்புவோம்.

ஆரோக்கியத்தைத் தேடி இன்று பலர் எங்கெங்கோ சென்று கொண்டிருக்கிறார்கள் எங்கும் செல்ல வேண்டியது இல்லை உங்களுக்குள் செல்லுங்கள் போதும் அதனைத்தான் சொன்னார்கள் கட +உள் =கடந்து உள்ளே செல் என்று.

எந்த இடத்தில் உள்ளே செல்வது?

அருவமாய் இருக்கின்ற நம்முடைய மனதுக்குள் நம்மை செலுத்த வேண்டும்.

இந்த மாதிரி செலுத்தக்கூடிய ஒரு பயிற்சியை நாம் பெற்றுவிட்டோமேயானால் எந்த விதமான பாதிப்பும் நம்மை எதுவும் செய்ய முடியாது

ஆனால் மனம் குழம்பிப் போய் கிடக்கின்ற போது ஒரு இடத்தில் இருக்கின்ற பாதிப்பு நம்முடைய கற்பனையால் உடலின் மற்ற பகுதிகளுக்கும் செல்வதாக பாவிக்கிறோம்.

அதனுடைய வெளிப்பாடு வாழ்க்கையிலே பிடிப்பில்லை மரண பயம் அனைத்துமே மனதளவிலே.

நாம் குணம் அடைதல் என்ற ஒரு நல்ல பண்பை பெற்றுவிட்டோமேயானால் அந்த மனமானது பிரபஞ்ச ஆற்றலின் துணை கொண்டு (இங்கு மனம் என்பது ஆழ்மனம் என்று வைத்துக் கொள்ளுங்கள்) நம்முடைய பாதிப்புகளை எல்லாம் சரி செய்து விடுகிறது. என்பது நிதர்சனமான உண்மை.

இன்றைக்கு பலர் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறார்கள் இதுபோல.

தேவையான ஆலோசனைகளைக் கேளுங்கள் உங்களுக்கு ஆலோசனைகள் வழங்கப்படும் எனவே நாம் பிறந்து வளர்ந்து வாழ்ந்து கொண்டிருப்பது ஆரோக்கியமாக ஆனந்தமாக அமைதியாக வாழ்வதற்காக மட்டுமே.

இந்த பிறவி எடுத்திருக்கிறோம் இதிலே உடல் பாதிப்புகள், மன பாதிப்புகள், உறவு பாதிப்புகள்,

பண பாதிப்புகள், குடும்ப பாதிப்புகள், சமுதாய பாதிப்புகள் என்று ஒவ்வொன்றாக நாம் அடுக்கிக் கொண்டே சென்று கொண்டே இருந்தோமேயானால் அந்த பாதிப்புகள் நம்மை விடுகிறதோ இல்லையோ நாம் அந்த பாதிப்புபை விட மாட்டோம் என்பதை திடமாக நம்புங்கள்.

பாதிப்பு என்பது ஒன்றுமே இல்லாதது ஒரு வெங்காயத்தை எடுத்து உரித்தால், உரித்து கொண்டே வருகின்ற பொழுது கடைசியில் ஒன்றுமே இல்லாமல் போய்விடும்.

அது போன்றது என்று உறுதியாக நம்புங்கள். உங்களால் உங்கள் பிறப்புரிமையான ஆரோக்கியத்தை உங்கள் இடமிருந்து யாரும் தட்டிப் பறித்து விட முடியாது.

பயம் என்ற ஒன்று இன்றைக்கு பலரது மனதிலே பேய் ஆட்டம் ஆடிக் கொண்டிருப்பதால் இந்த பயத்தை வைத்துக்கொண்டு என்னவெல்லாம் செய்கிறார்கள் என்று பார்க்கின்ற போது வருத்தமாகத்தான் இருக்கிறது.

நாம் மற்றவர்களைச் சொல்லி குறைப்பட வேண்டியதில்லை.

நாம் செய்கின்ற தவறுகளைச் சரியாக அறிந்து அந்த தவறுகளில் இருந்து விடுபடுவதற்கான வழிமுறைகளை எல்லாம் தெரிந்து கொண்டு நம்முடைய வாழ்க்கையிலே ஒரு சில மாற்றங்களை செய்கின்ற பொழுது ஆரோக்கியம் நம் மனதிலே என்றைக்கும் குடி கொண்டிருக்கும்.

எப்படி நம்முடைய பிறப்புரிமை என்றால் நாம் என்ன நினைக்கிறோமோ அந்த அளவுக்கு ஆரோக்கியத்தை யாராலும் தட்டிப் பறிக்க முடியாது.

பேசுவது சிந்திப்பது எழுதுவது ஓரிடத்திற்குச் செல்வது இது போன்றவை எல்லாம் இந்திய அரசியலமைப்புச் சட்டத்தின் மூலமாக நமக்கு வழங்கப்பட்டிருக்கின்ற பிறப்புரிமை.

அதே சமயம் கடமைகள் என்ன என்பதையும் மறந்து விடக்கூடாது.

உடல் தனக்குத் தேவையானதை தானே தயாரித்துக் கொள்ளும் என்பதை முழுமையாக நம்புங்கள்.

நம்பினோர் கைவிடப்படார் நான்கு மறை தீர்ப்பு என்று நம்முடைய முன்னோர்கள் சொல்லி இருக்கிறார்கள்.

ஒரு ஆரோக்கியமான சமுதாயத்தை உருவாக்குவதற்கு நம்முடைய பங்கு தான் என்ன?

ஒரு கடமையை செய்ய கூடாதா?

சிந்தியுங்கள்!!

கடமை என்று சொல்லப்படுகின்ற உதடுகளை மூடி வாயிலே இருக்கின்ற உணவுப் பொருளை நன்றாக மென்று உமிழ்நீரோடுக் கலந்து உள்ளே அனுப்புங்கள். இதுதான் கடமை.

உங்களுடைய பிறப்புரிமையான இதை உங்களிடம் இருந்து யாராலும் பறிக்கப்பட முடியாது.

சந்தேகங்கள் இருந்தால் அதனை இயற்கை நிவர்த்தி செய்யும்.

வாழ்க வளமுடன்

நேர்காணல் :
முனைவர் விக்ரன் ஜெயராமன்
விஜயா கண்ணன்

அன்பின் கைமணம்..! அகிலம் போற்றும் நறுமணம்..!

திருமதி. சொர்ணலட்சுமி கார்த்திகேயன்
நிர்வாக இயக்குநர்,
மெட்ரோ மசாலா கம்பெனி, மதுரை.

மதுரை வைகை நதிக்கரையோர தெருவில் பழைய பில்டிங்கில் மசாலா பொடிகள் தயாரிக்கும் பேக்டரி ஒட்டிய சின்னஞ்சிறு அலுவலக அறையில் ஏஸி வசதி இல்லாமல் எளிமையாக சீலிங் பேன் வேகமாக ஓடினால் மசாலா பொடிகள் காற்றில் பறந்து பணிபுரியும் பெண் ஊழியர்கள் பாதிக்க கூடாது என்று மெலிதாக சுற்ற வைத்து தனது 'மெட்ரோ'' நிறுவன லோகோவில் இருக்கும் சிங்கம்போல் கம்பீரமாக சிங்கப்பெண்ணாக அமர்ந்து அலுவலக தோழிகளிடம் அன்றாட அலுவல்கள், ஆர்டர்கள் பற்றி பேசி முடித்துவிட்டு அழகான புன்னகையுடன் அமர்க்களமாக நம் கேள்விகளுக்கு பதில்களை சொல்லத் துவங்கினார் ; "மெட்ரோ மசாலா கம்பெனி" நிர்வாக இயக்குநர் திருமதி. சொர்ணலட்சுமி கார்த்திகேயன்.

கே: நீங்கள் பிறந்த ஊர் தாய்.. தந்தை.. உடன் பிறந்தோர் படிப்பு விவரம்.. கணவர் வாரிசுகள் விவரம் சொல்லுங்கள்?

'பிறந்தது அம்மா ஊரான திருச்சியில்.. படித்தது வளர்ந்தது.. திருமணம் ஆனது.. இரண்டு பெண் குழந்தைகள் பிறந்தது.. இப்போது 48 வருட பழமையான 'ஓல்ட் இஸ் கோல்ட்'' ஆக திகழும் மெட்ரோ மசாலா நிறுவன MD ஆக கணவருடன் சிறந்த பெண் தொழில் அதிபராக செயல்பட்டு வருவது எல்லாமே மதுரையில்தான்.

நான் பி.காம்., எம்.பி.ஏ.,பட்டதாரி.. கணவர் கார்த்திகேயன் பி.காம்.பட்டதாரி.. எங்களுக்கு இரண்டு பெண்கள்.. மூத்தவள் ரக்ஷனா 'சி.ஏ.ஆடிட்டர்'' ஆக படிக்கிறார் இளையவள் ஹாசினி 'டிசைனிங்'' படிக்கிறார்.

என் அப்பா சுந்தரம்.. அம்மா மீனாட்சி.. அப்பா மெடிக்கல் ரெப் ஆக பணிபுரிந்தவர்... அம்மா மல்டி டேலன்ட் உமன்.. சமையல்..கோலம் என்று பல கலைகளில் வித்தகர். ஒரே தங்கை காயத்ரி.. சென்னையில் பரத நாட்டியப்பள்ளி நடத்தி வருகிறார். அம்மாவும், அப்பாவும் இப்போது தங்கையுடன் சென்னையில் இருக்கிறார்கள்.

முக்கியமான விஷயம். நான் தரும் முதல் பத்திரிக்கைப் பேட்டி இதுதான் (மெலிதாக சிரிக்கிறார்)

கே: உங்கள் மசாலா பொடிகள் தயாரிக்கும் மெட்ரோ நிறுவனம் துவங்கப்பட்ட ஆண்டு.. துவங்கியவர் யார்? நீங்கள் MD ஆனது எப்போது?

'இதே பில்டிங்கில் 1978 ஜூன் இருபதாம் தேதி என் மாமனார் எஸ்.எஸ் எத்திராஜ் துவங்கிய மெட்ரோ கம்பெனி இது. பி.காம் பட்டதாரியான என் கணவர் ஒன்பதாம் வகுப்பு படிக்கும்போதே அப்பாவுடன் சேர்ந்து மசாலா பொடிகள் தயாரித்து விற்பனை செய்யும் தொழிலில் இறங்கிவிட்டார்.

திருமணம் ஆனபிறகு நான் தனியார் கம்பெனி ஒன்றில் அக்கவுன்ட்ஸ் பிரிவில் பணிபுரிந்து வந்தேன். அதன் உடன் மாமனார்... கணவர் தந்த ஊக்கத்தினால் அலுவலக நேரம் தவிர மற்ற நேரங்களில் இந்த பேக்டரிக்கு வந்து அனைத்து நிறுவன நிர்வாக விஷயங்களையும், மெட்ரோ மசாலா பொடிகளின் விற்பனை யுக்திகளையும் முழுமையாக கற்றுக்கொண்டு விட்டேன்.

தர்மம், நேர்மை ஒழுக்க சிந்தனையுடன் ஏழை எளியோருக்கு இயன்ற உதவிகளை மனித நேயத்துடன் செய்து வந்த நல்ல நற்பண்புகள் நிறைந்த என் மாமனார் எத்திராஜ் கொரோனா நேரத்திலும் அவருக்கு வயதானதையும் பொருட்படுத்தாமல் மக்கள் மசாலா பொடிகள் கிடைக்காமல் திண்டாடக்கூடாது.. நம் ஊழியர்கள் வேலை வாய்ப்பு இழக்க கூடாது என்று நல்ல எண்ணத்துடன் பேக்டரியை இயக்கி கடுமையாக உழைத்து மதுரை முழுக்க சென்று மளிகை கடைகளுக்கு மசாலா சப்ளை தங்கு தடையின்றி கிடைக்கச் செய்து பாராட்டு பெற்றார்.ஆனால் கொரோனா தாக்குதலில் நாங்கள் யாரும் எதிர்பாராதபடி என் மாமனார் காலமானார்.

அமரர் ஆன அவர் காட்டிய வழியில் வியாபாரத்தில் நேர்மையும், தயாரிப்பில் மனசாட்சிப்படி உண்மையாகவும் செயல்பட உறுதிமொழி எடுத்து நான் MD நிர்வாக இயக்குநராக கடந்த ஆறு ஆண்டுகளுக்கு முன் பதவி ஏற்று அனுபவ ஆற்றலுடன், சேர்மனான என் கணவரின் முழு ஆதரவுடன், பெண் ஊழியர்கள் பத்து பேர்கள் மற்றும் ஆண் ஊழியர்களின் அர்பணிப்பான ஒத்துழைப்புடன் 'மெட்ரோ மசாலா'' என்றாலே எல்லோருக்கும் தெரியும்படி வெற்றிகரமாக செயல் ஆற்றி வருகிறேன்.''

கே: உங்கள் மெட்ரோ மசாலா கம்பெனியின் தயாரிப்பு விவரங்கள் சொல்லுங்கள்?

'பதினாறு வகையான மசாலா தயாரிக்கிறோம். இதில் தனிப்பொடிகளாக மிளகாய், மஞ்சள், மல்லி, சீரகம் ஆகியவையும், சாம்பார் பொடி, வத்தக்குழம்பு பொடி, ரசப்பொடி, இட்லிப்பொடி, கரம் மசாலா, சிக்கன் மசாலா, மட்டன் மசாலா, ஊறுகாய் பொடி,குழம்பு மசாலா என்று இருக்கிறது. இது எல்லாமே மத்திய அரசின் 'அக்மார்க் சான்றிதழ்'' பெற்றது.

FSSAI சர்டிபிகேட்டும் பெற்றுள்ளோம். 'WORD OFMOUTH' எனும் எங்களிடம் எங்கள் தயாரிப்புகளை வாங்குபவர்கள் பயன்பெற்று மற்றவர்களுக்கு பரிந்துரை செய்து 48 ஆண்டுகளாக ஏராளமான நிரந்தர வாடிக்கையாளர்களால் பிரம்மாண்டமான பெரிய பெரிய மசாலா தயாரிப்பு நிறுவனங்கள் வந்த பிறகும் அவற்றின் சவால்களை எதிர்கொண்டு கடும் போட்டிகளை கடந்து நல்ல தரம், நிறைந்த சுவை இவற்றால் நிலைத்திருக்கிறோம்.''

கே: உங்கள் மசாலாக்களின் தனிச்சிறப்புகள் என்ன?

'எங்க மசாலா எல்லாமே நாம வீட்டிலே எப்படி தயார் செய்கிறோமோ அதே மாதிரி இயற்கையான சுவையுடன் இருக்கும். நாங்க ஆர்ட்டிபீசியல் செயற்கையான கலர், பிளேவர்ஸ் எதையும் சேர்க்க மாட்டோம். இதில் நூறு சதவிகிதம் மஞ்சள்னா மஞ்சள் மட்டும்தான் இருக்கும். மல்லின்னா மல்லி மட்டும்தான் இருக்கும். எல்லா தயாரிப்புகளையும் லேப் டெஸ்டிற்கு போய் அக்மார்க் தர சான்றிதழ் வாங்கியபிறகுதான் 'பேக்'' செய்வோம்! குறிப்பாக எங்கள் மசாலா தயாரிப்புகள் எந்தவித வயிற்று பிரச்சனை, ஜீரண பிரச்சனைகளையும் தராமல் ஆரோக்கிய வாழ்விற்கும் உதவுகிறது.

எங்கள் வாடிக்கையாளர்களின் வீடுகளில் மிதமான அதிக காரம் இல்லாத மிளகாய் பொடியை குழந்தைகள் கேட்டு விரும்பி வாங்கி சாப்பிட்டு வருகிறார்கள். சின்னஞ்சிறு சிறுமிகளில் இட்லி பிடிக்காத குழந்தைகள் கூட எங்கள் இட்லி பொடி போட்டு மினி இட்லி பண்ணி கொடுங்க என்று கேட்கிறார்கள்.

இன்றைய குழந்தைகளை நாளைய எங்கள் ரெகுலர்கஸ்டமர்களாக மதிக்கிறோம். அதனால்தான் நான் வீடுகளின் ஆர்டர்களுக்கு எங்கள் மசாலா தயாரிப்புகளை தர செல்லும்போது குழந்தைகள் பார்த்ததும் 'மெட்ரோ ஆன்டி வந்திட்டாங்க'' என்று குதூகலித்து குரல் எழுப்புவார்கள்.

எங்கள் சாம்பார்பொடி போட்டு மினி டிபன் சாம்பார் இட்லி நெய் விட்டு குழந்தைகள் விரும்பி சாப்பிடுகிறார்கள்.''

எப்படி தரத்தை செக் செய்வீர்கள்?

'மிளகாய், பருப்பு வகைகள் எனும் ரா மெட்டீரியல் வாங்கியதும் வீட்டிலேயே செக் செய்து பொடிகள் தயாரித்து அவைகளையும் லேப் டெஸ்ட் செய்த பிறகுதான் பேக்கிங் செய்வோம்.''

கே: ஆர்டர்கள் அதிகம் எங்கிருந்து வருகிறது?

'சூப்பர் மார்க்கெட்கள், கேட்ரிங் நிறுவனங்கள், பள்ளி, கல்லூரி, இன்டஸ்ட்ரீஸ் கேன்டீன்கள் ஆர்டர்கள், கோ-ஆப்பரேட்டிங் ஸ்டோர் ஆர்டர்களும் நிறைய தனிப்பட்ட இல்லத்தரசிகள் ஆர்டர்களும் வருகிறது.

குறிப்பாக எங்களுக்கு 'நார்த் இன்டியன்'' கஸ்டமர்கள் அதிகம். சாம்பார் பொடியில் மசாலா கலக்காமல் நாங்கள் தரும் ஒரிஜினல் டேஸ்ட் அவர்களுக்கு பிடித்திருக்கிறது. அவர்கள் எங்களிடம் பல்க் ஆர்டர்கள் தந்து வாங்கிச் சென்று வெளிமாநிலங்கள் வெளிநாடுகளுக்கு கூட அனுப்பி வருகிறார்கள்.

நாங்கள் குவாலிடியில் எப்போதும் சமரசம் செய்துகொள்வதே இல்லை. ஆறு மாதங்கள் மட்டுமே எங்கள் தயாரிப்புகளை பயன்படுத்த முடியும். எக்ஸ்பயரி டேட் வரும் முன்பே இரண்டு மூன்று மாதங்களிலேயே எங்கள் தயாரிப்புகள் விற்பனை ஆகிவிடுகிறது.

போன மாத மசாலா.. முந்தின மாத மசாலா என்று ஸ்டாக் வைத்துக்கொள்ள மாட்டோம்.

ஒவ்வொரு வாரமும் பேக்டரியில் ரா மெட்டீரியல்களை மிஷினில் போட்டு கிரைண்டிங், ரோஸ்டிங், மிக்ஸிங், பேக்கேஜிங் என்று ப்ரெஷ் ஆகவே மசாலா பொடிகளை தயாரித்து வருகிறோம்.''

கே: உங்கள் பிசினஸ் இப்போது எப்படி இருக்கிறது?

'அபார்ட்மெண்ட்டுகளில் வசிக்கும் வீட்டிலேயே பிசினஸ் செய்து சம்பாதிக்க நினைக்கும் இளம் இல்லத்தரசி பெண்கள், எங்களிடம் மொத்தமாக வாங்கிச்சென்று அவரவர் அபார்ட்மெண்ட் வீடுகளின் சமையலுக்கு எங்கள் மசாலா தயாரிப்புகளை விற்பனை செய்து பயன்பெற்று வருகிறார்கள்.

இன்ஸ்டாகிராம் மூலம் ஆர்டர் தந்து பலர் பெற்றுக் கொள்கிறார்கள்.

கூகுளில் மெட்ரோ மசாலா என்று தேடிக் கண்டுபிடித்து எங்களை நேரில் சந்தித்து ஐம்பது

கிராம் முதல் ஒரு டன் வரை கூட வாங்கிச் செல்கிறார்கள். பல்க் ஆர்டர்களை மினி லாரிகள், கொரியரில் அனுப்பி வைக்கிறோம்.

கே : எந்த பதவிகளில் தொழில் துறையில் இருக்கிறீர்கள்? கான்ஸ்பரன்சுகளில் கலந்து கொள்வது உண்டா?

''BNI எனும் அறுபது நாடுகளுக்கு மேல் இருக்கும் இன்டர்நேஷனல் பிசினஸ் அமைப்பில் உறுப்பினராக இருக்கிறேன். மதுரையில் மட்டுமே 16 சாப்டர் உள்ளது. ஒவ்வொரு கேட்டகிரியிலும் ஒருவர் என்று சேப்டரில் ஐம்பது பேர் இருக்கிறோம்.

இதில் வெவ்வேறு துறை பெண் தொழில் அதிபர்கள் ஒன்றுகூடி சந்தித்துப் பேசி அவரவர் பிசினஸ் பிரமோஷனுக்கு தேவைப்படும் உதவிகளை செய்து கொள்வோம்.

இந்த BNI மீட்டிங்குகளில் ஸ்டால்கள் அமைத்து விற்பனையும் செய்வோம். தொழில் துறையில் பெண்கள் சாதிக்க உதவும் யுக்திகளை சிறப்பு சொற்பொழிவாக பேசியும் வருகிறேன். எங்கள் நிறுவன சாதனை தயாரிப்புகளுக்கு விருது, சுய உதவி மகளிர் குழு விருது, சிகரம் தொடு விருது என்று பல விருதுகளை பெற்றுள்ளோம்.''

கே: சமீபத்தில் நல்ல வரவேற்பு பெற்ற உங்கள் அறிமுக தயாரிப்பு எது?

'இரண்டு காம்போ பேக்குகளை தயாரித்து வழங்கி வருகிறோம். பட்ஜெட் பிரெண்ட்லி பேக்கில் ஒன்பது வகையான மசாலாக்கள் இருக்கும். ஒரு மாதத்திற்கு தேவைப்படும் மசாலாக்கள் அதில் இருக்கும். இன்னொரு பேக் 'பேமிலி பேக்'' ஒரு பேமிலிக்கு ஒருமாத சமையலுக்கு தேவைப்படும் 16 வகை மசாலாக்களும் இதில் இருக்கும்.

புளியோதரை, லெமன் போன்ற இன்ஸ்டன்ட் மசாலாவும் இதிலேயே இருக்கிறது. ஊறுகாய் பொடி கூட இருக்கிறது. தக்காளியை இதனுடன் சேர்த்து ஊறுகாய் தயாரித்து விடலாம். சுடுதண்ணீரில் ரசப்பொடி சேர்த்தால் ரசம் ரெடி.

புதுமனை புகுவிழா, கல்யாணம், காதுகுத்து போன்ற பங்ஷன்களில் 'கிப்ட்'' ஆக இந்த பேக்குகளை தந்து வருகிறார்கள்.

கார்பரேட் ஆபீஸ்களில் இந்த பேக்குளை வாங்கி மே தினத்தில் தொழிலாளர்களுக்கு தந்தார்கள். புதுவருட 'கிப்ட்'' ஆகவும் வாங்கி தருகிறார்கள். அப்படி நாளுக்கு நாள் எங்களின் இந்த காம்போ பேக் இரண்டிற்கும் வரவேற்பு அதிகரித்து வருகிறது.''

கே: உங்கள் தயாரிப்புகளை வைத்து வாசகிகளுக்கு டிப்ஸ் சில தாருங்களேன்?

'எங்கள் குழம்பு மசாலாவை வைத்து புளிக்குழம்பு, வத்தக்குழம்பு, எண்ணெய் கத்திரிக்காய் குழம்பு, பயிறு, சுண்டல் குழம்பில் பயன்படுத்தினால் மிகவும் சுவையாக இருக்கும். முட்டை, மீனில் சேர்த்து சாப்பிடலாம்.

ஊறுகாய் பொடி வைத்து தக்காளி தொக்கு ,வெங்காய தொக்கு செய்து ருசித்து ரசித்து சாப்பிடலாம்.

சிக்கன் மசாலா சிக்கனுக்குத்தான் போட வேண்டும் என்று இல்லை. உருளைக்கிழங்கு பொரியல், சோயா பீன்ஸ் குருமாவிலும் சேர்த்து சாப்பிடலாம்.

வத்தல் குழம்பு பொடியில் வத்தல் சேர்க்காமல் கல்யாண வீட்டு வத்தல் குழம்பு போல் வெங்காயம், பூண்டு மட்டும் சேர்த்து புளியை கரைத்து ஊற்றி 'வத்தல் குழம்பு'' வாய்க்குருசியாய் சாப்பிடலாம். கரம் மசாலா பிரியாணிக்கு நன்றாக இருக்கும். மஷ்ரூம் பிரியாணியில் கரம் மசாலா மட்டும் சேர்த்தால் போதும் சூப்பர் சுவை கிடைத்துவிடும்.''

கே: உங்கள் எதிர்கால திட்டம் என்ன?

'இன்னும் அதிகம் எங்கள் தயாரிப்புகளை தயாரித்து வழங்கி இல்லத்தரசிகள், இளம் பெண்கள் எங்கள் தயாரிப்புகளை மொத்தமாக வாங்கி விற்பனை செய்து லாபம் பெற திட்டமிட்டு வருகிறோம்.

நிறைய பங்ஷன்களில் ஸ்டால் அமைத்து எங்கள் விற்பனையை அதிகரிக்கம் திட்டம் உண்டு. எங்கள் தயாரிப்புகளை ஏற்றுமதி செய்யும் எண்ணமும் இருக்கிறது.''

மெட்ரோ மசாலா தயாரிப்புகளை பெற விரும்புவோர் தொடர்பு கைபேசி எண்கள்

86681 41188, 99407 77181

மனிதர்கள் பலவிதம்-திருமணத்தை வெறுப்பவர்கள் ஒரு விதம்

தி. சுவாமிநாதன், நாமக்கல்.

அவர்கள் அவர்கள் கசப்பான நமது சமுதாயத்தில் திருமணத்தை வெறுப்பவர்களும் வறுப்பவர்களும் உள்ளனர். உள்ளத்தில் இல்லற வாழ்வில் நாட்டம் துளியும் இருக்காது. அதை அதை வெளிப்படையாக ஒத்துக்கொள்வதில்லை. சிறு வயதில் ஏற்பட்ட ஏற்பட்ட சில அனுபவங்கள் "திருமணம்தான் எல்லா தீமைகளுக்கும் காரணம்" என்ற எண்ணத்தை ஏற்படுத்தி இருக்கக்கூடும்.

மதத்திற்க்காக, பொதுவாழ்விற்க்காக, அரசியலுக்காக, உயர்ந்த லட்சியத்திற்க்காக தங்களை அர்ப்பணித்துக் கொண்டவர்கள் திருமண வாழ்வு தங்கள் நோக்கத்திற்கு தடையாகி விடும் எனக்கருதி தவிர்ப்பதும் உண்டு. துறவிகள், சந்நியாசிகள் தாங்கள் மட்டுமின்றி தங்கள் சிஷ்யர்களையும் பிரம்மச்சரியத்தை கடைபிடிக்கும்படி அறிவுறுத்துவர். இவர்களுக்கு திருமணமாகவில்லையே என்று வருந்தி, வற்புறுத்தி திருமணம் செய்வித்தாலும் அது சொற்ப காலத்தில் முடிவுக்கு வந்து விடும்.

அடுத்ததாக, காதலில் தோல்வி, முறிந்து போன உறவு போன்றவை ஒரு மனிதனை திருமணத்தை முற்றிலும் வெறுப்பவனாக மாற்றி மாற்றி விடுகிறது. இன்று திருமணத்தை வெறுப்பவர்கள் ஒரு சமயத்தில் உண்மையான காதலர்களாக இருந்திருப்பார்கள். தற்போது உடைந்த இதயத்தோடு ஒற்றையில் வலம் வருபவர்கள். அவர்களுக்குத்தான் இந்த கட்டுரை.

மணவாழ்வற்றவர்கள் எதிர்கொள்ளும் சங்கடங்கள்:

ஜோடியாக கைகோர்த்து மகிழ்ச்சியுடன் செல்லும் தம்பதிகளை கண்டால் உருவாகும் ஏக்கப்பார்வையை இவர்களால் தவிர்க்க முடியாது. தீய வழியில் சென்று மாய வலையில் மயங்கி வீழ பல சந்தர்ப்பங்கள் இவர்களுக்கு ஏற்படலாம். இவர்களது உணர்வுகள் வாடுகின்றன. இவர்களுக்கு குழந்தைப்பேற்றுக்கு வழியில்லை. மனித இனம் நிலைத்து வாழ சந்ததி பெருக வேண்டும். ஆனால், இவர்களது சந்ததி இவர்களோடு முற்றுப்பெறுகிறது. குடும்பம் என்கிற பாரம்பரியம் இவர்களோடு முடிகிறது. இவர்களது மனம் தடுமாறி தவறான வழியில் செல்ல வழி வகுக்கும் அபாயங்கள் உள்ளன. அமைதியற்ற வாழ்வுதான் இவர்களுடையது. நிறைவற்ற உலக வாழ்வு இவர்களுடையது. தம் மூலம் வாரிசுகளை

உருவாக்கி அவர்களை நல்வழியில் நடத்திச் செல்லும் பாக்கியமற்றவர்கள்.

திருமணம் செய்யாமல் தாம்பத்தியம் கூடாது. அது மனிதகுலத்திற்கே அழிவைத் தரும். தனக்குத்தானே துரோகம் செய்து கொள்வது போலாகும். உடலாலும், உள்ளத்தாலும் தீயவைகள் பக்கம் தங்களை திருப்பிக் கொள்ள வாய்ப்புகள் உள்ளன.

மிருகங்கள் திருமணம் செய்து கொள்வதில்லை. அவைகள்தான் இஷ்டப்பட்ட ஒன்றிடம் என்நேரமும் கூடிக்கொள்ளும். அவைகள் அப்படித்தான் படைக்கப்பட்டு இருக்கின்றன. மற்றவைகளை காட்டிலும் மனிதன் மேலானவன். உயர்ந்தவன்.

மனதில் ஆயிரம் ஆசைகள், ஆசாபாசங்கள் தேவைகள் அடக்க முடியாதவை. அன்பு, அனுசரனையோடு தம்முடன் பேச, யாருமற்றவர்களாக இவர்கள் வதங்குவர். இவர்களிடம் ஒரு நிரந்தர சோகம் குடிகொண்டு இருக்கும். எப்போதும் வாடிய முகத்தோற்றம், உற்சாகமற்ற மனநிலையில்; தான் இவர்கள் இருப்பர்;. இவர்களது சந்ததிகள் பெருகாது. தகாத நடத்தையிலிருந்து தங்களை பாதுகாத்துக் கொள்ள போராட வேண்டும்.

காதலி ஒரு கஜானா:

உங்களது இன்றைய காதலிதான் உங்களது நாளைய வாழ்க்கைத்துணை. வாழ்க்கைத்துணை ஒரு அரிய கருவூலம் போன்றவள். நல்லதொரு காதலி அல்லது வாழ்க்கைத்துணை என்பவள் விலைமதிப்பற்றவள். அற்புதமானவள். அதிசயமானவள். காதல் என்றால் அது அன்பில் தொடங்குகிறது. காதலியை எல்லாவற்றையும் விட உயர்வாக மதிக்கிறான். காதலியை விட்டு காதலனின் கவனம் சிதறுவதே இல்லை.

காதலுக்காக தன்னையே அர்ப்பணிக்கிறான். காதலியை காணும் போது மகிழ்ச்சி அடைகிறான். காதலியிடம் கண்ணியமாக நடந்து கொள்கிறான். தனது பொறுப்புகளை உணர்கிறான். காதலிக்காக தியாகம் செய்ய காத்திருக்கிறான். காதலியின் பாதுகாவலனாக இருக்கிறான். நாளும் காதலியின் நம்பிக்கையை வளர்க்கிறான். வாய்ப்பு கிடைக்கும்போது காதலியுடன் மிக நெருக்கமாக இருக்கிறான்.

காதல் தோல்வியை மணமுறிவை தடுப்பது எப்படி?

இப்படி இருந்தும் திருமணமாகி மணமாலை வாடுவதற்க்குள் தம்பதிகள் பிரிகிறார்களே ஏன்? நீதிமன்றங்களில் விவாகரத்து வழக்குகள் பெருகுவதன் காரணங்கள் என்ன? புதியதாக திருமணமானவர்கள் மற்றும் காதலர்கள் கருத்து வேறுபாடு ஏற்பட்டு பிரிவது ஏன்? மண உறவில் விரிசல் ஏற்படுவது ஏன்? காதலை கிடைத்து விட்டாள். திருமணமாகி வாழ்க்கைத் துணை கிடைத்து விட்டாள். விட்டாள். அவளை தக்க வைத்துக் கொள்வது எப்படி என்பதை பார்ப்போம்.

வாழ்க்கைத்துணையை மதித்து நடக்க வேண்டும். கலாய்க்க கூடாது. குறைச்சலாக பேசக்கூடாது. குறிப்பாக, மற்றவர்கள் முன்னிலையில் என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள்.

காதலி அல்லது உங்கள் வாழ்க்கைத்துணை உங்களிடம் பேசும்போது அவளது முகத்தை, கண்களை நேருக்கு நேர் பார்த்து கேட்க வேண்டும். பேச வேண்டும்.

உங்கள் மனைவியிடம் உள்ள உள்ள நல்ல விஷயங்களை கவனித்து அவைகளை அங்கீகரிக்க வேண்டும். பாராட்ட வேண்டும். உறவு தானாகப் பலப்படும். முதுமைவரை நம்பகத்தன்மை ஏற்படும். உங்கள் வாழ்க்கைத்துணைக்கு முடிந்தவரை பெருந்தன்மையுடன் நிறைய செலவு செய்யுங்கள். உங்கள் துணைக்கு நல்ல உணவளியுங்கள். முழுமையான சுதந்திரம் கொடுங்கள். உங்கள் துணையின் பிழைகளை, தவறுகளை, குறைகளை பொருட்படுத்தாதீர்கள். வாழ்க்கைத்துணையின் குறைகளை கண்டு கொள்ளாத தன்மையும், விட்டுவிடும் தன்மையும் உறவை வலுப்படுத்தும். குறைபாடுகள் இல்லாதவர்களே இவ்வுலகில் இல்லை.

உங்கள் துணையுடம் உள்ள நல்ல விஷயங்களை வரிசைப்படுத்துங்கள். அறிவார்ந்த சிந்தனைகளில் அவர் எப்படி? ஆன்மீக விஷயங்களில் அவர் எப்படி? அன்பு, பாசம், இரக்கம் போன்ற உணர்வு சார்ந்த விஷயங்களில் அவர் எப்படி? அவற்றில் நற்குணங்களை கண்டால் மனதார பாராட்டுங்கள். அவளை உடலால் மட்டுமல்ல, உள்ளத்தால் நேசிக்கிறிர்களா? ஒரு ஆணும், ஒரு பெண்ணும் திருமணத்தில் ணைவது நீண்ட கால உறவாகும். அன்பு, நேசம், காதல், அக்கறை இவைதான் மிகவும் அடிப்படையானவை. சிலர் அறிவுப்பூர்வமான விஷயங்களால் நெருக்கமாகிறார்கள். சிலர் ஆன்மீக விஷயங்களில் உள்ள ஈடுபாட்டால் நெருக்கமாகிறார்கள். சிலர் அன்பு, காதல் போன்ற இதயப்பூர்வமான விஷயங்களில் நெருக்கமாகிறார்கள். சிலர் நற்பண்புகளால் நெருக்கமாகிறார்கள். சிலர் உடல்ரீதியான தோற்றத்தால் நெருக்கமாகிறார்கள். பரிபூரணமான நெருக்கம்தான் இல்லற வாழ்வின் வெற்றி.

இருதயத்தின் இருட்டும் பார்வையின் வெளிச்சமும்

வணக்கம் என் பெயர் மலர் நான் இளங்கலை படிப்பு படித்து கொண்டிருக்கிறேன் சரி ஒரு கேள்வி ரோஜா என்ன நிறத்தில் இருக்கும்....? சிவப்பு அதானே! இல்லை அது "கருப்பு" அடுத்த கேள்வி வானத்தின் நிறம் என்ன...? நீளம்.. மறுபடியும் தப்பு... அதுவும் "கருப்பு "தான் சரி கோபப்படாதீர்கள் இது என் பார்வையில் உலகம்....உங்களுக்கு புரியும்படி சொல்ல வேண்டும் என்றால் "நானும் ஒரு கடவுளால் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட குழந்தை" அவர் யாரையும் குறைவாக படைக்கவில்லையே...! என்றுதான் சொல்லுவேன்...! பிறக்கும்போது "குறை" என்பார்கள் வளரும் போது "ஏன் இப்படி" என்பார்கள்... நான் சொல்வது அவர்கள் மனதில் நினைப்பது... ஆனால் அவர் வெளியே சொல்ல மறுத்து மறுத்து விடுவார்கள். நாங்கள் கஷ்டப்படுவோம் என்பதற்காக அல்ல... அவர்களை யாராவது நினைத்து விடுவார்கள் என்று தான்... காயப்படுத்தும் நோக்கம் அல்ல இதுதான் உண்மை..

சரி விடுங்கள் யாராவது யோசித்துப் பாருங்கள் எங்களுக்கு எது கனவாக இருக்கும் இழந்ததே கிடைப்பதற்காகவா வாய்ப்பு இல்லை என் கனவை சிறிதாக கூறுகிறேன். ரொம்ப பெரிய ஆசையெல்லாம் இல்லை எங்களை போல் உள்ளவர்களுக்கு சிறு கல்வியும் சேவையும் கொடுக்கத்தான் ஆம் எனக்கு ஒரு ஆசிரியராக வேண்டும் என்பதுதான் ஆசிரியர் ஆவதில் என்ன கனவு என்ன இருக்கிறது என் வாழ்க்கையில் கூட நான் வளர்வதற்கு காரணம் ஆசிரியர்களும் அவர் ஊட்டிய ஞானத்தினாலும் தான் என்னை போன்று உள்ளவர்களின் ஏக்கமும் தேவையும் நான் அறிவேன்...

ஏடுகளில் அறிவது அறிவல்ல...

கதை 62

சொல்லி அடித்த நோபல் பரிசு

திருச்சி நகருக்கு அருகில் இருக்கும் திருவானைக்கா. அந்தப் பெயரைக் கேட்டவுடன் நம்மில் பலருக்கும் அங்கிருக்கும் பஞ்ச பூதத்தலங்களுள் ஒன்றான திருவானைக்காவல் கோவில்தான் நினைவில் வரும். தமிழறிஞர்களுக்கோ அங்கு பதினைந்தாம் நூற்றாண்டில் வாழ்ந்த, தமிழ் இலக்கியத்தில் சிலேடைப் பாடல்களில் புகழ்பெற்ற ஆசுகவி, காளமேகப் புலவரைப் பற்றி நினைவுக்கு வரலாம். ஆனால், அங்குதான் உலகப் புகழ்பெற்ற அறிவியல் மேதை ஒருவரும் தோன்றினார். பத்தொன்பதாம் நூற்றாண்டின் இறுதிப் பகுதி. அந்த நூற்றாண்டு முடிவதற்கு இன்னும் பன்னிரு ஆண்டுகளே இருந்தன. திருவானைக்காவில் இருந்த பள்ளி ஒன்றில், சந்திரசேகரராமநாதன் ஐயர் என்று ஓர் ஆசிரியர் பணியாற்றிக் கொண்டிருந்தார். அவரது மனைவி பார்வதி அம்மாள் குடும்பத் தலைவி. அந்தத் தம்பதியருக்கு, சந்திரசேகரசுப்ரமணிய ஐயர் என்றோர் ஆண்குழந்தை இருந்தது. அதற்கு அடுத்து, கிபி *1888* ஆம் ஆண்டு நவம்பர் மாதம் *7* ஆம் தேதி இன்னோர் ஆண்குழந்தை பிறந்தது. சந்திரசேகர வெங்கட்டராமன் என்று பெயரிடப்பட்ட அந்தக் குழந்தைதான், பின்னாளில் அறிவியலுக்கான நோபல் பரிசினைப் பெற்ற முதல் இந்தியர் என்ற பெருமையைப் பெற்றது. ஆம், சர்சி.வி.ராமன் என்று உலகப் புகழ்பெற்ற அவர்தான் இயற்பியலில் நோபல்பரிசு பெற்ற முதல் இந்தியர் மற்றும் முதல் ஆசிரியர். இன்னும் சொல்லப் போனால், வெள்ளை இனத்திற்கு வெளியில் இயற்பியலில் முதன்முதலில் நோபல்பரிசு பெற்றவரும் இவரே.

சி.வி.ராமனின் தந்தை சந்திரசேகரராமநாதன் ஐயர் கணிதம் மற்றும் இயற்பியலில் நல்ல தேர்ச்சி பெற்றவர். சி.வி. ராமனுக்கு நான்கு வயது இருக்கையில், சந்திரசேகரராமநாதன் ஐயர், ஆந்திரப்பிரதேசம் விசாகப்பட்டினத்தில் இருக்கும் கல்லூரி ஒன்றில் இயற்பியல் விரிவுரையாளராகப் பணியில் இணைந்தார். எனவே, குடும்பம்

விசாகப்பட்டினத்திற்கு இடம் பெயர்ந்தது. அங்கிருந்த ஆங்கிலோ - இந்தியப் பள்ளி ஒன்றில் சேர்க்கப்பட்ட சி.வி.ராமன், மெட்ரிக் கல்வியைத் தனது பதினொரு வயதிலேயே முடித்தார். அதற்கடுத்து, தனது 13 வயதிலேயே பள்ளி இறுதித் தேர்வினை, அனைத்துப் பாடங்களிலும் முதலிடம் பெற்று தேர்ச்சி பெற்றார். அதற்கடுத்த ஆண்டு, சந்திரசேகர ராமநாதன் ஐயர் விசாகப்பட்டினத்தில் இருந்து சென்னை மாநிலக் கல்லூரிக்கு இடமாற்றம் செய்யப்பட்டார். அங்கு அவர், கணிதம் மற்றும் இயற்பியல் கற்பிக்கத் தொடங்கினார். அதே கல்லூரியில் தனது பட்டப்படிப்பினைத் தொடங்கிய சி.வி.ராமன், தனது 16 ஆவது வயதிலேயே முதல் பட்டத்தைப் பெற்றுவிட்டார். அதுவும், சென்னைப் பல்கலைக்கழகத்தில் முதல் மாணவனாக தேர்ச்சி பெற்று, இயற்பியல் மற்றும் ஆங்கிலம் ஆகிய இரண்டு பாடங்களுக்கும் தங்கப் பதக்கங்களையும் பெற்றார்.

மாநிலக் கல்லூரியிலேயே தொடர்ந்து முதுகலை படிப்பினையும் படிக்க ஆரம்பித்த சி.வி. ராமன், மாணவப் பருவத்திலேயே, அதாவது அவரது 18 வயதிலேயே இங்கிலாந்தில் இருந்து வெளியாகும் அறிவியல் சஞ்சிகை ஒன்றில் தனது முதல் ஆய்வுக் கட்டுரையைப் பிரசுரித்தார். தனது 19 வயதில், அதே சென்னைப் பல்கலைக்கழகத்தில் முதுகலைப் படிப்பில் எல்லாப் பாடங்களிலும் சிறப்புத் தேர்ச்சி பெற்று, பட்டம் பெற்றார். அந்த ஆண்டே, அவரது இரண்டாவது அறிவியல் கட்டுரையும் பிரசுரம் ஆனது. அதுவும், 1904 ஆம் ஆண்டு இயற்பியலுக்கான நோபல்பரிசு பெற்ற இங்கிலாந்தின் ராலே பிரபு வெளியிட்ட கட்டுரையுடன், சி.வி.ராமன் வெளியிட்ட கட்டுரையும் பிரசுரம் ஆனது. அதுவே, அவர்களுக்குள் அறிமுகம் ஏற்படவும் காரணமாக அமைந்தது. சி.வி.ராமனின் இயற்பியல் அறிவினைப் பார்த்த அவரது பேராசிரியர், ரிஷார்ட்ஜோன்ஸ் என்பவர் அவரை இங்கிலாந்து சென்று மேற்படிப்பினைத் தொடருமாறு அறிவுறுத்தினார். ஆனால், சி.வி.ராமனின் உடல்நலம் அவ்வப்போது பாதிக்கப்பட்டு வந்தது. எனவே, அவரை ஒரு மருத்துவரிடம் அனுப்பி உடல்நலப் பரிசோதனை மேற்கொண்டனர். முடிவில், இங்கிலாந்தின் தட்பவெப்ப நிலைக்கு சி.வி.ராமனின் உடல்நிலை ஒத்துழைக்காது என்பதால், அவர் வெளிநாடு செல்லும் திட்டம் கை கூடவில்லை.

அப்போது சி.வி.ராமனின் மூத்த சகோதரர் சுப்பிரமணிய ஐயர் இந்திய குடிமைப் பணியில் (இந்திய நிதிப்பணி) தேர்வு பெற்று பணியாற்றிக் கொண்டிருந்தார். அவரது வழியையே பின்பற்றிய

டாக்டர் சீனிவாசன் ராமசாமி
தைவான்

சி.வி.ராமனும், இந்திய நிதிப்பணிக்கு, அவரது 19 ஆவது வயதிலேயே, அதுவும் நுழைவுத் தேர்வில் முதலிடம் பெற்றுத் தேர்வு பெற்றார். அதில், அவருக்குக் கல்கத்தாவில் பணியிடம் ஒதுக்கப் பெற்று, அங்கு தனது பணியினைத் தொடங்கினார். அங்குதான் அவரது வாழ்வின் பெரும் திருப்பு முனையே நிகழ்ந்தது. பணியில் சேர்ந்த உடனே அவருக்குத் திருமணமும் நடந்தேறியது. திருமணத்திற்குப் பின்னர், தனது மனைவி லோகசுந்தரி அம்மாளுடன் சி.வி.ராமன் கல்கத்தாவில் குடியேறினார்.

அந்நாளில், கிபி 1876 ஆம் ஆண்டு நிறுவப்பட்ட, இந்தியாவின் முதல் ஆய்வு நிறுவனமான இந்திய அறிவியல் வளர்ச்சிக் கழகம் கல்கத்தாவில் செயல்பட்டுக் கொண்டிருந்தது. அடிப்படையிலேயே அறிவியலில், குறிப்பாக இயற்பியலில் அதீத ஆர்வம் கொண்டிருந்த சி.வி.ராமனுக்கு இந்த அமைப்பின் பால் ஓர் ஈர்ப்பு ஏற்பட்டதில் வியப்பேதும் இல்லை. இந்திய அறிவியல் வளர்ச்சிக் கழகத்தை நிறுவிய மகேந்திரலால் சர்க்கார் மகனும், அப்போதைய அறிவியல் வளர்ச்சிக் கழகத்தின் செயலாளருமான அம்ரிதாலால் சர்க்கார், அசுதோஷ்டே, மற்றும் கல்கத்தா பல்கலைக்கழகத்தின் அப்போதைய துணைவேந்தரான அசுதோஷ்முகர்ஜி ஆகியோரின் நட்பு சி.வி.ராமனுக்குக் கிடைத்தது. எனவே, ஓய்வு நேரங்களில் இந்திய அறிவியல் வளர்ச்சிக் கழகத்தில் தனது ஆய்வுகளை மேற்கொள்ள அனுமதியைப் பெற்றுக் கொண்டார். அச்சமயத்தில், நேரங்கெட்ட நேரத்தில் கூட, அவர் ஆய்வகத்தில் இருப்பார்.

அதுநாள் வரையிலும் இந்திய அறிவியல் வளர்ச்சிக் கழகம், முழுநேர விஞ்ஞானிகளைப் பணியில் அமர்த்தவில்லை. ஓர் ஆய்வுக் கட்டுரையைக் கூட பிரசுரித்ததில்லை. கிபி 1907

ஆம் ஆண்டு, சி.வி.ராமன் நேச்சர்சஞ்சிகையில் பிரசுரித்த ஆய்வுக் கட்டுரை தான் அந்நிறுவனத்தின் முதல் ஆய்வுக் கட்டுரை. அதனால் உந்தப்பட்ட அந்நிறுவனம், அடுத்த இரண்டாண்டுகளில் தனக்கென ஒரு பிரத்யேக அறிவியல் சஞ்சிகையை வெளியிடத் தொடங்கியது. அதே சமயத்தில், சி.வி. ராமன் பர்மாவின் ரங்கூன் நகருக்குப் பணியிட மாற்றம் செய்யப்பட்டார். ஆனால், அங்கு அவர் ஒருசில மாதங்களே பணிபுரிந்த நிலையில், அவரது தந்தையின் மரணம் நிகழ்ந்தது. அதற்காக சென்னை திரும்பிய அவர், அங்கேயே சில மாதங்கள் வரையிலும் இருந்தார். பின்னர் ரங்கூன் திரும்பிய அவர், குறுகிய கால இடைவெளியிலேயே, மகாராஷ்டிர மாநிலம் நாக்பூருக்கு இடமாற்றம் செய்யப்பட்டார். அங்கு அவர் ஓராண்டு கூட பூர்த்தி செய்யவில்லை. மீண்டும் பதவி உயர்வில், கல்கத்தாவிற்கே மாறுதலாகி வந்தார்.

கல்கத்தா திரும்பிய சி.வி.ராமன் தனது பணியினைத் தொடர்ந்து கொண்டே, இந்திய அறிவியல் வளர்ச்சிக் கழகத்தில் ஆய்வுகளையும் தொடர்ந்தார். அவரது, அறிவியல் ஆர்வத்தைத் தொடர்ந்து கவனித்து வந்த கல்கத்தா பல்கலைக்கழகம் தக்க சமயத்தில் அவரைப் பணியில் அமர்த்திக் கொள்ள விரும்பியது. 1913 ஆம் ஆண்டு சர்தாரகநாத் பாலித் என்ற வங்கத்தைச் சார்ந்த வழக்கறிஞர் மற்றும் சுதேசி இயக்க ஆர்வலர் ஒருவர், கல்கத்தா பல்கலைக்கழகத்தில் தனது பெயரில் பேராசிரியர் இருக்கை ஒன்றை அமைக்க நிதியுதவி அளித்தார். அந்தப் பணியிடத்திற்கு, துணைவேந்தர் அசுதோஷ்முகர்ஜி அவர்கள் ஜகதீஷ்சந்திரபோஸ் என்ற இயற்பியல் அறிஞரை அழைத்தார். ஆனால், அவர் அந்த அழைப்பினை நிராகரித்து விட்டார். எனவே, அதற்கடுத்த நபராக சி.வி.ராமனை அழைத்தார். இருப்பினும் அப்போது உருவான முதலாம் உலகப் போரினைக் கருத்தில் கொண்டு, சி.வி.ராமன் உடனடியாக அந்தப் பணி வாய்ப்பினை ஏற்றுக் கொள்ளவில்லை.

மூன்றாண்டுகள் கழித்து, 1917 ஆம் ஆண்டு சி.வி.ராமன் முழுநேரப் பேராசிரியர் பணியில் இணைந்தார். அந்த முடிவினை அவர் அவ்வளவு எளிதில் எடுத்து விடவில்லை. ஏனெனில், அதற்காக அவர் தனது இந்தியக்குடிமைப் பணியில் இருந்து விலக வேண்டும். பேராசிரியர் பணியிலோ, இந்தியக் குடிமைப் பணியில் அவர் பெற்று வந்த சம்பளத்தில் பாதியளவே கிடைக்கும். இருப்பினும், அவர் பேராசிரியர் பணியினை ஏற்றுக்கொள்ள காரணம், அவரது தீவிர ஆய்வு வேட்கை. அவரது பணி நியமன ஆணையிலேயே, அவர் மாணவர்கட்குக் கற்பிக்கத் தேவையில்லை எனவும், முழுநேர ஆய்வுப் பணியில் ஈடுபடலாம் என்றும் குறிப்பிடப் பட்டிருந்ததால், மனமுவந்து பேராசிரியர் பணியில் இணைந்தார்.

இருப்பினும், சி.வி.ராமன் பேராசிரியராக நியமிக்கப்பட்டதற்கு, கல்கத்தா பல்கலைக்கழகத்தின் 'செனட்' உறுப்பினர்களில், குறிப்பாக வெளிநாட்டைச் சேர்ந்த செனட் உறுப்பினர்களிடையே இருந்து, அவருக்கு முனைவர் பட்டம் இல்லை என்ற எதிர்ப்புக் கிளம்பியது. எனவே, பல்கலைக்கழகத்தின் 'துணை வேந்தரான' அசுதோஷ்முகர்ஜி, சி.வி. ராமனுக்கு மதிப்புறு முனைவர் (கௌரவ டாக்டர் பட்டம்) வழங்க ஏற்பாடு செய்து, 1921 ஆம் ஆண்டு அதுவும் அவருக்கு வழங்கப்பட்டது. அந்த ஆண்டு ஆக்ஸ்போர்ட் பல்கலைக்கழகத்தில், அன்றைய பிரிட்டிஷ் ஏகாதி பத்தியத்தின் கீழ் இருக்கும் நாடுகளில் இயங்கிக் கொண்டிருந்த பல்கலைக்கழகங்களின் கூட்டமைப்பின் மாநாடு நடைபெற்றது. அதில் பங்கேற்று, உரையாற்ற சி.வி. ராமன் அழைக்கப்பட்டார்.

அந்த காலகட்டத்தில் கல்கத்தா பல்கலைக்கழகம் மட்டுமன்றி, இந்தியாவின் பல்வேறு பல்கலைக்கழகங்களில் இருந்தும் பத்துக்கும் மேற்பட்ட மாணவர்கள், சி.வி. ராமன் வழிகாட்டுதலில் தங்களது ஆய்வுகளை முன்னெடுத்திருந்தனர். இசையின் ஒலிகளின் அறிவியல் அடிப்படையை ஆய்வு செய்ய ஆரம்பித்த சி.வி.ராமன், பின்னர் ஒளியியலில் தனது அனுமானங்களைக் கருது கோள்களாக்கி அவற்றையே தனது ஆய்வுகளில் முன்னெடுத்தார். அவரது மிகச்சிறந்த முதல் கண்டுபிடிப்பு, கடல் ஏன் நீலநிறத்தில் தோன்றுகின்றது என்பதுதான். அந்த சமயத்தில் சி.வி.ராமன் உலகளவில் ஓரளவிற்குப் பிரபலம் அடைந்திருந்தார். அதனால்தான், அவரை ஆக்ஸ்போர்ட் பல்கலைக்கழகத்தில் நடைபெற்ற மாநாட்டில் உரையாற்ற, அப்போதே நோபல்பரிசு பெற்றிருந்த ஜே.ஜே. தாம்சன் மற்றும் ரூதர்போர்ட் ஆகியோர் அழைத்திருந்தனர்.

தொடர்ந்து கடல் ஏன் நீலநிறத்தில் இருக்கின்றது என்று ஆய்வு மேற்கொண்ட சி.வி. ராமன், தனது 'கடலின் நிறம்' என்ற ஆய்வுக் கட்டுரையை 1922 ஆம் ஆண்டு நவம்பர் மாதம் நேச்சர்சஞ்சிகையில் வெளியிட்டார். தொடர்ந்து அதை விஞ்ஞான பூர்வமாக நிரூபிக்க விழைந்த சி.வி. ராமன், அதைத் தனது ஆய்வு மாணவரான ரங்கூன் பல்கலைக்கழகத்தைச் சேர்ந்த கே.ஆர். ராமநாதன்

உடன் இணைந்து முன்னெடுத்தார். அடுத்த இரண்டு ஆண்டுகளில் அதை அறிவியல் பூர்வமாக இருவரும் நிரூபித்தனர். தொடர்ந்து, சி.வி.ராமனின் அறிவியல் பங்களிப்பினைக் கண்ட இங்கிலாந்தின் ராயல் சங்கம், அதன் உயரிய விருதினை 1924 ஆம் ஆண்டு அவருக்கு வழங்கியது. அதைத் தொடர்ந்து, கல்கத்தா பல்கலைக்கழகத்தின் துணைவேந்தரான அசுதோஷ்முகர்ஜி, சி.வி.ராமனின் எதிர்காலத் திட்டம் பற்றிக் கேட்டார். அதற்கு, அவர் கொடுத்த உறுதியான பதில், 'நோபல்பரிசு' என்பதுதான்.

அந்தச் சமயத்தில் சி.வி.ராமனுடன் கே.எஸ். கிருஷ்ணன் என்ற ஆய்வாளர் ஆராய்ச்சிப் பணியில் ஈடுபட்டிருந்தார். அவர் வெவ்வேறு நீர்மங்களின் வழியாக ஒளிச்சிதறல்களைப் பற்றிய ஆய்வினை மேற்கொண்டிருந்தார். 1923-ஆம் ஆண்டு அமெரிக்க இயற்பியலாளர் ஆர்தர்காம்ப்டன் என்பவர் எக்ஸ்-கதிர்கள் அல்லது காமா-கதிர்கள் போன்ற உயர் ஆற்றல் கொண்ட ஒளித்துகள்கள் பருப்பொருட்களில் உள்ள எலக்ட்ரான்களுடன் மோதி சிதறும்போது, அவற்றின் அலைநீளம் அதிகரிப்பதைக் கண்டறிந்தார்.

இது, ஒளியானது அலை மற்றும் துகள் ஆகிய இரு பண்புகளையும் கொண்டுள்ளது என்பதை நிரூபிக்கும் ஒரு முக்கிய இயற்பியல் நிகழ்வாகும். காம்ப்டன் விளைவு என்று அழைக்கப்படும் இக்கண்டுபிடிப்பு, 1927 ஆம் ஆண்டு நோபல் பரிசு பெற்றது. அப்போதே, சி.வி.ராமன் தானும் நோபல் பரிசினை நெருங்கிவிட்டதாக உணர்ந்தார். தொடர்ந்த ஆய்வில், சி.வி.ராமன் ஒற்றை நிற ஒளிக்கதிர் ஒரு திரவம் அல்லது வாயு போன்ற ஊடகத்தின் வழியே செல்லும்போது, சிதறலடைகிறது என்றும், இவ்வாறு சிதறும் ஒளியில், படுகின்ற ஒளியின் அலை நீளத்தை விடக் கூடுதலான அல்லது குறைவான அலை நீளங்களைக் கொண்ட புதிய அதிர்வெண்கள் தோன்றுகின்றன என்றும் கண்டுபிடித்தார்.

ராமன் விளைவு என்று அழைக்கப்படும் இக்கண்டுபிடிப்பு, இயற்பியல் மட்டுமன்றி வேதியியல், மருத்துவம் போன்ற பல்வேறு துறைகளிலும் பெரியளவில் பயன்படுத்தப்படுகின்றது. 1928-ஆம் ஆண்டு உலகெங்கிலும் உள்ள இயற்பியலாளர்களிடம் பெரும் வரவேற்பினைப் பெற்ற இக்கண்டுபிடிப்பு, அந்த ஆண்டு நோபல்பரிசு பெறும் என்று சி.வி. ராமன் பெரிதும் எதிர்பார்த்தார். ஆனால், 1928 மற்றும் 1929 ஆகிய ஆண்டுகளில் அது பிரிட்டிஷ் மற்றும் பிரெஞ்சு விஞ்ஞானிகளுக்குச் சென்றபோது, சி.வி. ராமன் மனமுடைந்து போனார்.

ஆனால், 1930 ஆம் ஆண்டு அவர் பெரும் நம்பிக்கையுடன் காத்திருந்தார். பொதுவாக நோபல்பரிசு நவம்பர் மாதவாக்கில் அறிவிக்கப்படுவது தான் வழக்கம்.

கப்பலில் ஸ்வீடன் செல்ல அந்த அறிவிப்பிற்குப் பின்னர் பயணச்சீட்டு இல்லாமல் போனால் என்ன செய்வதென எண்ணிய சி.வி.ராமன், ஏதோ ஓர் அதீத நம்பிக்கையில், அவ்வாண்டு ஜூலை மாத மேதனக்கும், தன் மனைவிக்குமாக இரண்டு பயணச் சீட்டுகளைப் பதிவுசெய்து வைத்திருந்தார். இறுதியில் அவரது நம்பிக்கைப் பொய்க்கவில்லை. 1930 ஆம் ஆண்டின் இயற்பியலுக்கான நோபல் பரிசினை சி.வி.ராமன் பெற்றார்.

மூன்றாண்டுகள் கழித்து, சி.வி.ராமன் பெங்களூருவில் இருக்கும் இந்திய அறிவியல் நிறுவனத்தின் இயக்குனர் பொறுப்பினை ஏற்க, கல்கத்தாவிலிருந்து விடைபெற்றுக் கொண்டார். பெங்களூர் இந்திய அறிவியல் நிறுவனத்தில் அடுத்த பதினைந்து ஆண்டுகாலம் பணியாற்றினார். 1948 ஆம் ஆண்டு அங்கிருந்து ஓய்வுபெற்ற பின்னர், ஓராண்டு கழித்து பெங்களூருவில் ராமன் ஆய்வு நிறுவனத்தைத் தொடங்கி, அதன் இயக்குனராகத் தொடர்ந்தார். 1970 ஆம் ஆண்டு இயற்கை எய்தும் வரையிலும், 21 ஆண்டுகள் தொடர்ந்து அந்த நிறுவனத்தை வழிநடத்திக் கொண்டிருந்தார்.

சி.வி.ராமனின் மூத்த சகோதரர் சுப்ரமணிய அய்யரின் மகன் சுப்ரமணியம் சந்திரசேகர் 1983 ஆம் ஆண்டு இயற்பியலுக்கான நோபல் பரிசினைப் பெற்றவர் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

சி.வி.ராமன் சிறுவயது முதலே வயதுக்கு மீறிய சிந்தனை, ஆர்வம் மற்றும் தகுதிகளுடன் இருந்தார். வாழ்க்கைப் பயணம் அவரை இந்திய குடிமைப் பணிக்குள் இழுத்துச் சென்றது. இருப்பினும், அவருக்குள் இருந்த அறிவியல் தாகம், இயற்பியல் ஈர்ப்பு வற்றவே இல்லை. தனது பணியைத் தொடர்ந்து கொண்டே, அறிவியல் ஆய்விலும் ஈடுபட்டார். இறுதியில், முழுமையாக ஆய்வுப் பணிக்குள் வந்த அவர், தன்னால் நோபல் பரிசினைப் பெறமுடியும் என்று தீர்க்கமாக நம்பினார்.

> ''எண்ணிய எண்ணியாங்கு எய்துப எண்ணியார்
> திண்ணியர் ஆகப் பெறின்''

என்ற திருக்குறளுக்கு உண்மையான பொருளாக வாழ்ந்து மறைந்தவர் சி.வி.ராமன்.

வருமுன் காத்து வாழ்விக்கும் மூலிகைகள் - பகிர்வு 57

மருத்துவர். மா. தங்கராசு. B.S.M.S.

பெயர் சொன்னால் போதும் தரம் எளிதில் விளங்கும் என்றொரு விளம்பரம் உள்ளது அதுபோன்ற பல மூலிகைகளின் பெயரிலே அதன் பண்பு நலன்கள் அடங்கியுள்ளது அறியலாம் அந்த வகையில் உடலிலும் உரையுள்ளிலும் (இல்லங்களிலும்) தேவையற்றவை குடி யோசுவதால் குடியேோட்டு பூண்டு என்னும் நோய்களைப் போக்க பல மருத்துவ குணங்களோடு படைக்கப்பட்டு இருப்பதால் பிரம்மத்தண்டு என்று அழைக்க பெரும் பிரமத்தண்டு பற்றிய பகிர்வு இந்த இதழில்

குடியோட்டிப் பூண்டு (Argemone mexicana)
பயன்படும் உறுப்புகள் :

இலை, பால்,விதை, வேர், என முழு தாவரமும் இது கர்ப்ப மூலிகைகளில் ஒன்று மூலிகை கர்ப்பத்தில் பொதுகற்ப பகுதியில் அடங்கியுள்ளது வசிய மருந்தாக பயன்படுத்துவோம் உண்டு.

மருத்துவப் பண்பு :

புண்கள், கரப்பான், சிறு சிரங்கு, சில் விடங்கள், பொடி இருமல், வெள்ளை, மேகம், பல்நோய் குணம் ஆகும் கடி நஞ்சு தீரும் இதனை

“புண்ணோடு கரப்பான் பொடி சிரங்கு சில்விடங்கள்
சண்ணிருமல் மேக வளி தண்மேகம் -கண்ணிற்
படியோட்டு மாவிடமும் பல் நோயுங் தீரங்
குடியோட்டு பூண்டாற்குலைந்து”

என்கிறது அகத்தியர் குண பாடம்

அ. வீடுகளில் பயன்படுத்தும் முறை:

1. வாத நோய், ஆண்மை குறைவு நீங்க :

பிரம்மத்தண்டு கோவில் மகரந்த பொடி ஒரு

கிராம் முருங்கை பேசிய நெய் வகை க்கு 4 கிராம் ஒன்று கூட்டி பத்தியத்துடன் உண்ண வேண்டும்

2. இருமல், மார்பு சளி நீங்க :

விதையை தூள் செய்து நான்கு கிராம் எடுத்து தேன் அல்லது சர்க்கரை கலந்து தினமும் மூன்று வேளை கொடுக்க வேண்டும்

3. பல் வலி, பல் சொத்தை நீங்க :

விதையை பொடித்து புதைத்து புகை பல்லில் படும்படி உள்வாங்க குணம் ஆகும்

4. விதை எண்ணெயின் பயன் :

10 முதல் 15 துளி அளவு தினமும் மூன்று வேலை சர்க்கரை அல்லது நீரில் கலந்து உட்கொள்ள இருமல் நீங்கும்

5. தவளைச்சொறி, தலை நோய், குறை நோய், மேகப்புண் இவை கட்டு விதை எண்ணெயை மேல் பூச்சாக பயன்படுத்தலாம்

6. சட்டை புழு வெளிப்பட :

வேரை பொடித்து 4 கிராம் கொடுக்க தட்டைப் புழு வெளியேறும்

7. வேரை குடிநீரிட்டு :

ஒருவேளைக்கு 30 முதல் 60 மி.லி மூணு வேலை கொடுக்க இருமல் நீங்கும்

8. வெள்ளை நோய் குணமாக :

இலைச்சாற்றுடன் ஆடுதீண்டாப்பாளை சாறு,நெய் கலந்து ஒரு வேலை ஐந்து முதல் பத்து மி.லி வீதம் தினமும் இருவேளை கொடுக்க வேண்டும்.

9. தேள் கடி நஞ்சு நீங்க :

பச்சை வேரை சிதைத்து தேள் கடித்த இடத்தில் வைத்து கட்ட வேண்டும்

10. குறை நோய் தோல் நோய்கள் குணமாக :

இலைச் சாறு 10 மி.லி காலையில் வெறும் வயிற்றில் 40 நாட்கள் கொடுக்க வேண்டும்

11. கரப்பான், ஊரல் சொறி,சிரங்கு குணமாக :

இலைச் சாறு தேங்காய் எண்ணெய் இவற்றை கலந்து சூரிய ஒளியில் வைத்து எடுத்து மேல் பூச்சாக பயன்படுத்தலாம் இதை மூட்டு வலி நிவாரணியாகவும் பயன்படுத்தலாம்

12. சளி, வறட்டு இருமல் நீங்க :

இலை, விதை சூரணத்தை தேனில் கலந்து கொடுக்க வேண்டும்

ஆ. மருத்துவர் அறிவுரைப்படி பயன்படுத்தும் முறை:

பிரம்மத்தண்டு பாலை கண்ணில் இட்டால் கண் சிவப்பு, வலி, கூச்சம், நீர் வடிதல், குறித்தல் ஆகிய கண் நோய்கள் நீங்கும் இதை மருத்துவர் மேற்பார்வையில் மட்டும் பயன்படுத்த வேண்டும்

பிரமத்தண்டு சாறு மேக நாதர் தைலத்தில் சேர்கிறது இதயம் மருத்துவர் அறிவுரைப்படி பயன்படுத்த வேண்டும்

நோய்களை குடியேற்றி குணமாக்கும் பிரம்மத்தண்டின் பலன் அறிந்து பயன்படுத்தி நரம்பு மண்டலத்தை பலப்படுத்தி மன அழுத்தத்தை குறைத்து நோய் எதிர்ப்பு சக்தி பெற்று நலம் பெறுவோம்

- பகிர்வு தொடரும்...

"புயலே அடித்தாலும்
பறவையாய்
வானில்
வட்டமிடுவதே
சிறந்த
நம்பிக்கை"

பொறி. ஏ.ஜி. மாரிமுத்து ராஜ்
கோவை

சின்னஞ்சிறு சிந்தனை

தோல்வியைச் சந்திக்க இன்று பலர்மனதில் பலமில்லை. மாங்காய் வேண்டுமென்றால் கல்லை எடுத்து குறி பார்த்து அடிக்க வேண்டும் மாங்காய் விழுந்தால் மகிழ்ச்சி ஆனால் மாங்காய் விழாமல் போய்விட்டால் என்ன செய்வது என்று தயக்கத்தில் பலர் கல் எறிவதே இல்லை முயற்சியே எடுக்கமாட்டார்கள், கூடாது, நடக்காது என்று ஏதாவது எதிர்மறைப் பதில் வந்து விட்டால் தன்னுடைய உழைப்பை தோல்வி அடைந்து விடுமே என்கிற பயத்திலே பலர் முயற்சி செய்யாமல் இருக்கிறார்கள். இப்படி எதற்குமே முயற்சி செய்யாமல் பயந்துகொண்டே இருவர்கள் கூட நிர்ப்பந்தத்துக்கு தள்ளப்பட்டால் அதாவது வேறு வழியே இல்லை என்ற நிலைமைக்கு ஆளாக்கப்பட்டால் தங்களால் செய்ய முடியாது என்ற நினைத்ததைக் கூட நிச்சயம் செய்து முடிக்க முடியும் நாம் எப்போதுமே மூலைக்குத் தள்ளப்படுகிறோமோ அப்போது வேறு வழியில்லாமல் பல சாலியாக, துணிச்சல் மிக்கவராக, எதையும் முயற்சிக்கும் துணிவு உள்ளவராக ஆகிடுவோம். இது அறிவியல் பூர்வமான உளவியல் உண்மையாகும்.

மலிவான எண்ணங்களுக்குள் மாட்டிக் கொள்ளாதீர்கள். தெளிவான முடிவெடுத்து தினம் தோறும் செயல்படுங்கள். பழைய பஞ்சாங்கத்தை புதியதுடன் பொருத்திப் பார்க்க வேண்டாம்.

புதியதை பார்ப்பதற்கு பொறுமை அவசியம் தேவைப்படுகிறது. ஆம் மொட்டு மலர் ஆவதற்கும் காய்கனி ஆவதற்கும் சில கால அவகாசம் தேவைப்படுகிறது. அதற்காக நாம் காத்திருந்து தான் ஆக வேண்டும்.

இயல்பாய் எதுவும் நடக்க வேண்டும், அப்பொழுதுதான் அது முழுமையானதாக இருக்கும். தீவிர எதிர்மறை எண்ணங்களும், தீர்க்கப்படாத நெருக்கடிகளும் ஆழ்மனதில் தங்கி விடுகின்றன.

நாம் நினைத்த படியான இடம், உலகத்தில் எங்கு தேடினாலும் *100%* கிடைக்காது எப்போதும் கொஞ்சம் அப்படி இப்படி இருக்கத்தான் செய்யும் அனுசரித்துப் போகவில்லை என்றால் நின்ற இடத்தில் நிற்க வேண்டியது தான் காலம் நம்மை கடந்து போய்க் கொண்டே இருக்கும்.

வாழ்க்கையில நாம போடற கணக்கு சில நேரம் சரியாகவும் சில நேரம் தவறாகவும் அமைகிறது. சரியாக அமையும் போது வாராத மற்றவர்கள் தவறாக அமையும் போது எங்கிருந்து வருவார்கள் என்பது யாருக்கும் தெரியாது. வாழ்வில் ஏற்படும் ஏற்ற இறக்கங்களுக்கு நாம் எடுக்கும் முடிவுகளே காரணம் என்பதை புரிந்துக் கொள்ள வேண்டும்.

வாடிக்கையாளர்களை கவர்வதற்கு, நாம் பிறருக்குச் செய்யும் செயலினால் அல்லது கொடுக்கும் பொருளினால் பிறருக்கு ஏற்படும் நலன்களைப் பட்டியலிட்டாலே போதும் அவர்கள் நம்மை தேடி வருவார்கள்.

இலவச கல்விக்கான ஆணை

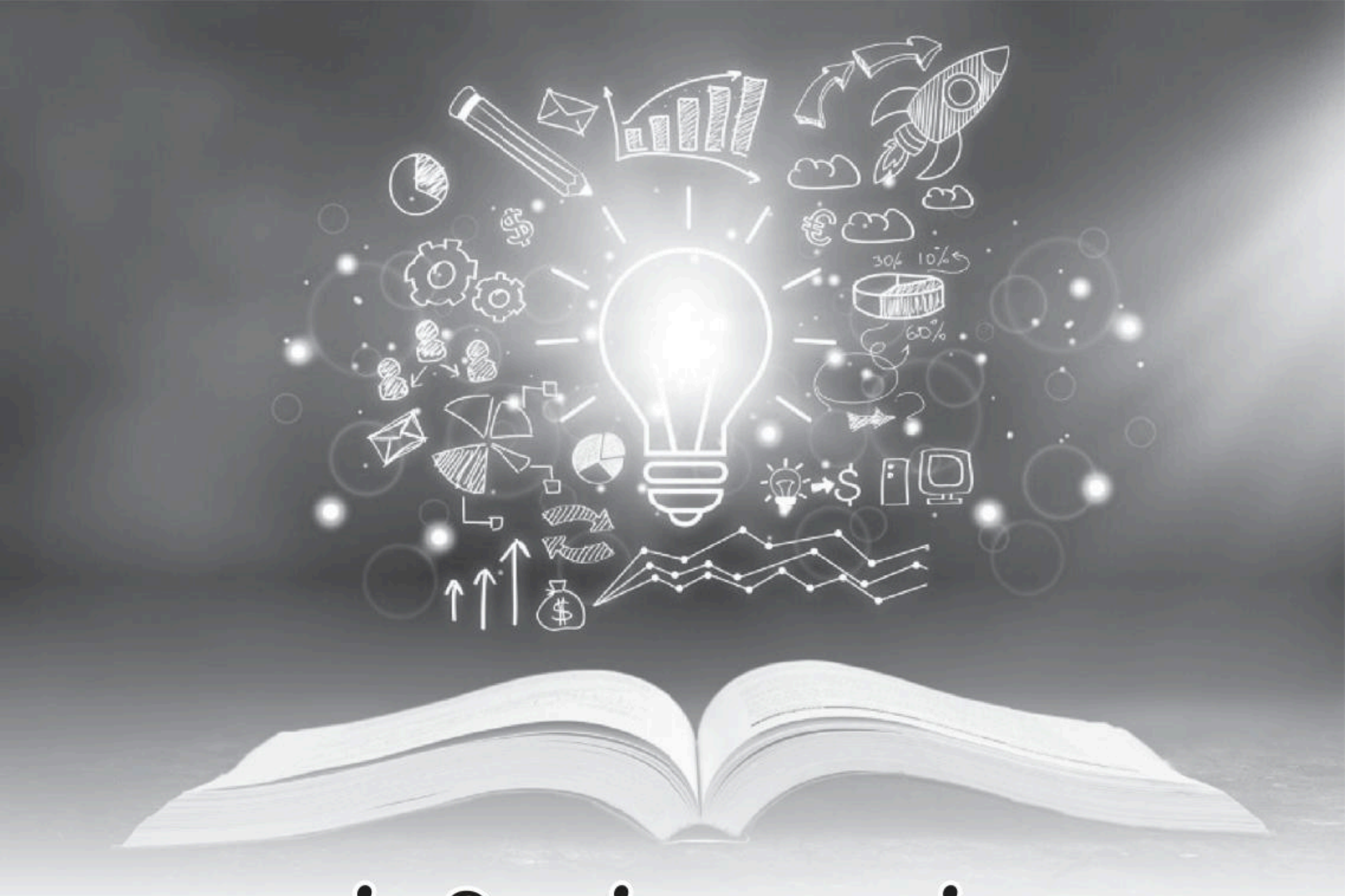
கோவை நலச்சங்கத்தால் 1989 ஆம் ஆண்டு ஸ்ரீ நேரு மஹா வித்யாலயா கலை மற்றும் அறிவியல் கல்லூரி 50 ஏக்கர் பரப்பளவில் துவங்கப்பட்டது.

ஆண்டுதோறும் இக்கல்லூரியில் பயிலும் மாணவர்களில் பெற்றோர் இல்லாத பிள்ளைகளுக்கு மூன்று ஆண்டுகளும் இலவச கல்வியைக் கொடுத்து வருகிறது. அந்த வகையில் இந்த ஆண்டு இளங்கலை பயிலும் கனிஷா என்ற மாணவிக்கு கல்லூரியின் முதல்வர் போ.சுப்ரமணி அவர்களால் ஆணை வழங்கப்பட்டது.

இதுவரை இந்த திட்டத்தில் 37 ஆண்டுகளில் 37 மாணவர்களுக்கு உயர் கல்வி வழங்கப்பட்டுள்ளது.

கலை அறிவியல் பிரிவில் இளங்கலை முதல் முனைவர் பட்டம் வரை 40 பட்டப்படிப்புகள் வழங்கப்பட்டு வரும் இக்கல்லூரியில் 97 சதவீதம் பேர் வேலைவாய்ப்பு பெற்று வருகிறார்கள். வெளிநாடுகளில் வேலை வாய்ப்பு மூலம் ஆண்டிற்கு 14 லட்சம் ரூபாய் ஊதியமாகப் பெற்று வருகிறார்கள்.

அதிநவீன உட்கட்டமைப்பு வசதி, NIRF தரவரிசை பட்டியலில் அகில இந்திய அளவில் 151-200 இடம், ஹைடெக் லேப் வசதி, இலவச IAS போட்டித் தேர்வு பயிற்சிகள், சிறந்த முன்னணி நிறுவனங்களுடன் புரிந்துணர்வு ஒப்பந்தம், கூடுதல் திறனை ஊக்குவிக்கும் வகையில் VALUE ADD COURES என பல சிறப்புகளைக் கொண்ட கல்லூரி ஆக விளங்கி வருகிறது எஸ்என்எம்வி கல்லூரி.



கற்றதினால் ஆய பயன்...

பொதுவாக நம்முடைய முன்னோர்களிடமோ அல்லது பெரியவர்களிடமோ ஆசிபெறும்பொழுது, அவர்கள் பதினாறு செல்வங்களும் பெற்று பெருவாழ்வு வாழ்க என்று வாழ்த்துவார்கள். அது என்ன 16 செல்வங்கள் என்று சொன்னால் , நோயின்மை, கல்வி, தனம், தான்யம், அழகு, புகழ், இளமை, பெருமை, அறிவு, சந்தானம், வழி, துணிவு, வாழ்நாள், வெற்றி, நல்ல ஊழ், நுகர்ச்சி என்று அபிராமி அம்மை பதிகத்திலே வகைப்படுத்துகிறார் அபிராமபட்டர். இவை அனைத்திலும் மிகச்சிறந்த செல்வம் என்றால் அது கல்விச் செல்வம் என்று விவேக சிந்தாமணி சொல்கிறது.

" வெள்ளத்தால் அழியாது வெந்தழலால்
வேகாது வேந்த ராலும்
கொள்ளத்தான் இயலாது கொடுத்தாலும்
நிறைவொழியக் குறைபடாது
கள்ளத்தார் எவராலும் களவாட
முடியாது கல்வி என்னும்
உள்ளத்தே பொருளிருக்க உலகெங்கும்
பொருள்தேடி உழல்வ தென்னே'

பொன், பொருள், நிலம் முதலிய பிற செல்வங்கள் நீராலும் நெருப்பாலும் அழியக் கூடியன. திருடு போகவும் வாய்ப்பு உண்டு. ஆனால், கல்விச் செல்வமோ வெள்ளத்தால் அழியாது, வெம்மையான நெருப்பில் வேகாது, கொள்ளையிட முடியாது, கொடுத்தாலும் குறையாது. இவ்வுலகிலுள்ள செல்வங்களில்,

அழிக்க முடியாத, பங்கிட்டுக் கொள்ள முடியாத ஒரே செல்வம் கல்விச் செல்வமே ஆகும். இப்படிப்பட்ட செல்வத்தை நாம் உண்மையில் சரியாக பயன்படுத்துகிறோமா?

சீதையின் தந்தையான ஜனகர் மகாராஜாவுக்கு, அன்று இரவு ஒரு கனவு வந்தது. அந்தக் கனவில் அவர் ஒரு பிச்சைக்காரராக இருந்து, படக்கூடாத துன்பத்தை எல்லாம் அனுபவித்தார். நடப்பது கனவு போலவே தெரியவில்லை. நிஜத்தில் நடைபெறுவது போலவே இருந்ததால் திடுக்கிட்டு எழுந்தார். கண்விழித்து பார்த்தபோது மன்னராகவே இருந்தார். ஆனால் அந்தக் கனவு மறுநாள், அதற்கு அடுத்த நாள் என்று தொடர்ந்து கொண்டே இருந்தது. இரவுகளில் ஜனகர் பிச்சைக்காரராகவும், பகலில் மன்னனாகவும்

இருந்தார். இதனால் அவருக்கு எது நிஜம், எது கனவு என்பதே தெரியவில்லை. மனக்குழப்பத்தில் ஆழ்ந்து போனார்.

"நான் மன்னனாக இருந்து பிச்சைக்காரனாக இருப்பது போல் கனவு கண்டேனா? அல்லது பிச்சைகாரனாக இருந்து இப்போது மன்னராக இருப்பது போல் கனவு காண்கிறேனா?" என சந்தேகம் வந்து விட்டது.

மந்திரி, ராஜகுரு எனப் பலரிடமும் தன்னுடைய சந்தேகத்தைக் கேட்டார், ஜனகர். யாருக்கும் பதில் தெரியவில்லை. அந்த சந்தேகம், அவர் மனதை அரித்துக் கொண்டே இருந்தது.

'நான் பிச்சைக்காரனா? மன்னனா?' என்று தன்னைத்தானே கேள்வி கேட்டுக் கொண்டே இருந்தார். தனது சந்தேகத்தைத் தீர்த்து வைப்பவர்களுக்கு பெரும் பரிசை அளிப்பதாக அறிவிப்பு வெளியிட்டார்.

நாட்டில் இருந்த அறிஞர்கள், தூர தேசத்திலிருந்து பண்டிதர்கள், முனிவர்கள், வேத விற்பன்னர்கள் யாராலும் இதற்கு பதிலளிக்க இயலவில்லை.

வெளியூரிலிருந்து விதேக நாட்டுக்கு ஒரு முனிவர் வந்தார். அவர் பெயர் அஷ்டவக்கிர மகரிஷி. அவர் உடல் 8 கோணலாக வளைந்திருக்கும். ஏனென்றால், அவர்தம் அன்னையின் வயிற்றிலிருந்தபோது அவருடைய தகப்பனார் வேதத்தை தப்புத்தப்பாக படிப்பாராம்.

அப்போது வயிற்றிலிருந்த மகாஞானியான அந்தக் குழந்தை, அதைக் கேட்கச் சகிக்காமல் உடம்பை திருப்புமாம். அப்படி 8 தடவை உடலைத் திருப்பியதால் அஷ்ட கோணலாக வளைந்து 'அஷ்ட வக்கிரன்' என்ற பெயர் ஏற்பட்டது.

ஜனகரின் கேள்வியை அறிந்த அஷ்டவக்கிர மகரிஷி, அவரது அவைக்குச் சென்றார். பண்டிதர்களின் பெருங்கூட்டம் அவையில் இருந்தது.

"மன்னா, உன் கேள்விக்கான பதிலை நான் சொல்கிறேன்" என்றார் அஷ்டவக்கிரர்.

அஷ்டகோணலாக நிற்கும் அவரைக்கண்டு, அவையில் இருந்த பண்டிதர்கள், அறிஞர்கள் உள்ளிட்ட அனைவரும் சிரித்தனர். அவர்களின் சிரிப்பொலி அடங்கும் வரை, அஷ்டவக்கிரர் பொறுமை காத்தார். பின்னர் ஜனக மகாராஜாவைப் பார்த்து, "மன்னா.. உங்களின் கேள்விக்கு நான் பதில் அளிக்கிறேன். ஆனால் அதற்கு முன்பாக, இந்த அவையில் இருக்கும் தோல் வியாபாரிகளையும், கசாப்புக் கடைக்காரர்களையும் வெளியே அனுப்புங்கள்" என்றார்.

சபை முழுக்க கொதித்தெழுந்தது. ஆனால் மகரிஷி பொறுமையாக பதிலுரைத்தார்.

"மன்னா! உன் கேள்விக்கான பதிலை நான் சொல்கிறேன் என்று சொன்னேன். அப்போது சபை முழுக்க என்னைப் பார்த்துச் சிரித்தது. ஏன் சிரித்தார்கள்? என் குறைவான ஞானத்தைக் கண்டு சிரித்தார்களா? இல்லை, நான் தவறாகச் சொன்ன விளக்கத்தைக் கண்டு சிரித்தார்களா? இவை இரண்டுமே இல்லை. என் உருவத்தைப் பார்த்து சிரித்தார்கள். என் தோலின் நிறத்தை வைத்து, என் உடலின் உருவத்தை வைத்து அறிவை மதிப்பிட்டார்கள். தோலை வைத்து மதிப்பை நிர்ணயித்தார்கள்.

தோல் வியாபாரி தான் தோலின் நிறத்தை வைத்து, ஆட்டுத் தோலுக்கு விலை போடுவான். கசாப்புக் கடைக்காரன் தான், ஆட்டின் உருவத்தை வைத்து ஆட்டுக்கு மதிப்பு போடுவான். இவர்களும் என்னை அப்படித்தான் மதிப்பிட்டார்கள். அதனால் தான் இவர்களை தோல் வியாபாரிகள், காசாப்புக் கடைக்காரர்கள் என்றேன். அதனால் தான் இவர்களை வெளியே போகச் சொன்னேன்" என்றார் அஷ்டவக்கிரர். அவமானமடைந்த பண்டிதர்கள் தலைகுனிந்து சபையை விட்டு வெளியேறினார்கள்.

வந்தவர் மகா ஞானி என ஜனகர் அறிந்துகொண்டார். பணிவுடன் அவர் காலடியில் அமர்ந்து தன் சந்தேகத்துக்கு விடை கேட்டுத் தெரிந்து கொண்டார்.

"மன்னா, நீ தூங்கிய போதும் கண்டது கனவு தான். நீ விழித்திருக்கும்போது நடப்பதும் கனவுதான். உன்னுடைய ராஜ வாழ்வும், பிச்சைக்கார வாழ்வும் இரண்டுமே உண்மையில்லை. ராஜாவா இருக்கும்போது சந்தோஷப்படாதே. தூங்கும்போது அந்த சந்தோஷம் போயிடும். பிச்சைக்காரனா இருக்கும்போது வருத்தப்படாதே. விழித்ததும் அந்த வருத்தம் மறைந்து விடும். இரண்டு நிலையிலும் ஒரே மாதிரி இருக்கக் கற்றுக்கொள்" என்றார்.

ஜனகருக்கு அஷ்டவக்கிரர் சொன்ன உபதேசம் 'அஷ்டவக்கிர கீதை' என்ற பெயருடன் விளங்குகிறது.

"கற்றதனால் ஆய பயன் என் கொல் வாலறிவன்
நற்றாள் தொழாஅர் எனின்" என்கிறது திருக்குறள்.

நல்ல பண்பாளர்களையும், நல்லவைகளையும் மதிக்கத் தெரியாவிட்டால் கற்றதனால் பயன் உண்டா?

செய்யும் தொழில் மெய்மறந்து மூழ்கிப் போதல்

செய்யும் தொழில் மெய்மறந்து மூழ்கிப் போதல்
“மெய்வருத்தம் பாராற் பசிநோக்கார் கண்துஞ்சார்
எவ்வெவர் தீமையும் மேற்கொள்ளர் - செவ்வி
அருமையும் பாரார் அவமதிப்பும் கொள்ளார்
கருமமே கண்ணாயினார்” - குமரகுருபரர்

தங்கள் இலக்கையே குறிக்கோளாக கொண்டவர்கள். உடல் வருத்தம், பசி, தூக்கம், அவமதிப்பு, எதிர்மறை எண்ணங்கள், தீய வழிகள் போன்ற எதற்கும் எதற்கு கவலைப்பட மாட்டார்கள்.

கடமையை கண்ணாக எண்ணி நேர்மையான வழியில் தன் வேலையை முடிப்பார்கள்.

ஒரு குரு, ஒருநாள் தன் உபநியசம் செய்ய வேண்டிய இடத்திற்கு செல்ல முடியாத காரணத்தினால் தன்னுடைய சீடன் ஒருவனை தனக்கு பதிலாக உபநிதயம் செய்யச் சொல்லி அனுப்ப கட்டாயம் ஏற்பட்டது.

அந்த சீடன் சிறந்த பேச்சாளி அல்ல அவன் என்பது அவருடைய எண்ணம்.

இதனால் அந்த குரு அந்த சீடனுக்கு எந்தவித இலக்கண இலக்கியத்தையும் சரியாக கற்றுத் தரவில்லை.

இதனால் அவனை அனுப்பும்போது அவன் பெரிதாக எதையும் பேச மாட்டான். தன் சொல்லிக் கொடுத்த சில அடிப்படைக் கருத்துகளை மட்டும் பேசிவிட்டு வருவான் என்று எண்ணத்தில் அனுப்பி வைத்தார்.

ஆனால் அவன் அங்கு சென்று மிக அழகாக பேசினான். அது அனைவரையும் ஈர்த்தது.

அவன் பேச்சில் எல்லோரும் உருகிப் போனார்கள்.

சில நாட்கள் கழித்து அந்த குருவிற்கு அங்கிருந்து ஒரு செய்தி வந்தது.

அந்த சீடன் சிறப்பாக பேசியது மட்டுமல்ல, அவனுடைய குருவைக் காட்டிலும் மிகவும் நன்றாக பேசினான் என்ற செய்தி அது.

குருவிற்கு அவரையும் அறியாமல் அந்த சீடன் மீது கோபம் வந்தது. அன்றிலிருந்து அந்த குரு அந்த சீடனுக்கு தோட்டத்தில் பல வேலைகளைக் கொடுத்தார்.

சாதாரண வாழ்க்கையில் ஒரு மனிதன் தான் என்ன செய்கிறானோ அந்த வேலைகளையெல்லாம் கொடுத்தார்.

ஒருமுறை வேறொரு உபநியாசத்திற்கு செல்ல வேண்டிய நேரத்தில் குருவிற்கு உடல்நிலை சரியில்லாமல் போய்விட்டது.

அதே, சீடரை குருவிற்கு உடல்நலம் சரியில்லை என்ற செய்தியை மட்டும் சொல்ல வேண்டும் என்றும், வேறு எந்த சொற்பொழிவையும், கொடுக்கக் கூடாது என்று கட்டளையுடன் அனுப்பி வைத்தார்.

மூன்று மாதம் கழித்து அந்த சீடன் வழக்கம் போல மகிழ்ச்சியோடும், துள்ளலோடும் எந்த மனவருத்தமும் இன்றி இருப்பதை கண்டு குரு ஆச்சரியப்பட்டார்.

அந்த ஆர்த்த நண்பர் ஒருவரிடம் அந்த சீடனுக்கு நான் தீங்கு இழைத்தேன்.

ஆரம்பத்தில் அவன் மிகவும் ஏமாற்றம் அடைந்திருக்க வேண்டும். ஆனால் இப்போது அவற்றை எல்லாம் மீறி நல்ல சீடனாக இருக்கின்றான். அதற்கு அந்த நண்பர் அந்த சீடன் தனக்கு வைக்கப்பட்ட தேர்வில் வெற்றி பெற்று விட்டான்.

அவன் குருவை நோக்கி நீ உன் தேர்வில் வெற்றி பெற்று இருக்கிறாயா? என்று கேட்டார். அந்த குரு தலைகுனிந்தார். அந்த சீடன் தன் செய்யும் தொழிலில் தன்னை மறந்து முழுகி போனதால் இந்த சாதனையை செய்து இருக்கிறான் என்று குருவின் நண்பர் சொன்னார். செய்யும் தொழிலே தெய்வம் என்பது பழமொழி, கடமை கண் போன்றது என்று சொல்வார்கள்.

செய்கிற வேலையை மிகுந்த அக்கரை யோடும், தனியாத ஆர்வத்தோடும், இணையற்ற அர்ப்பணிப்போடும், மிகுந்த ஈடுபாட்டோடும் மிகவும் பெரிய பட்டு நேசித்து செய்யும் பணியில் தன்னையும் அறியாமல் தனையை மறந்து மூழ்கி போவார்கள். செய்கிற பணியோடு இணைந்து போவார்கள்.

R.K. ராமசாமி, *M.A., B.Ed.,*
தேசிய நல்லாசிரியர், ஆர்.கே.ஆர். கல்வி நிறுவனங்கள்,
உடுமலைப்பேட்டை
Email Id : tpr-rkrsfhss@yahoo.in

தன்னைக் கரைத்துக் கொள்வார்கள். இதனால் பணி சிறக்கும். பணியின் அளவும் அதிகமாகும். பலனும் பல மடங்கும் உயரும்.

ஆசிரியர்களாக இருப்பவர்கள், விளையாட்டுப் போட்டிகளில் பங்கேற்போர், ஓவியத்தில் தலைசிறந்தவர், இசை பயிற்சியில் தன்னை ஈடுபடுத்திக் கொண்டவர்கள், நாட்டியத்தில் நாட்டம் கொண்டவர்கள், மேடைப் பேச்சிலே தன்னை ஈடுபடுத்தி கொள்பவர்கள், பொது சேவையில் ஈடுபாடு கொண்டிருப்பவர்கள், விவசாய பணியில் இருப்பவர்கள், இவர்கள் எல்லாருக்கும் தான். செய்யும் தொழிலில் தன்னை மறந்து மூழ்கும் அனுபவம் உறுதியாக இருக்கும் என்பது நிச்சயம்.

உளவியல் வல்லுநர்கள் இந்த அனுபவத்தை *flow* என்று குறிப்பிடுவார்கள் உலகின் தலைசிறந்த 'கோல்ப்'(Golf) விளையாட்டு வீரர்கள் ''டைகர் வூட்ஸ்'' விளையாடும் போது தன்னைச் சுற்றி வேடிக்கை பார்த்துக் கொண்டிருக்கும் கூட்டத்தை நினைப்பதில்லை, போட்டியாளர்களை பற்றியும் நினைப்பதில்லை. ஆனால் ஒவ்வொரு நொடியும் தான் விளையாடும் விளையாட்டில் அடிக்கப் போகும் *Shot*(ஷாட்) மட்டுமே கவனத்தில் கொள்வார். கவனம் தவறியதில்லை, ஆனால் தான் அவர் உலகப்புகழ் பெற்ற விளையாட்டு வீரராகக் கருதப்படுகிறார்.

தொழிலில் மெய் மறந்து மூழ்கிப் போகும் அந்த நிலை தான் *flow* என அழைக்கப்படுகிறது. இதை கவனக்குவிப்பு எனக் கொள்ளலாம். இதுதான் அவரை தலைசிறந்த வீரராக தேர்ந்தெடுத்தது.

நீ ஒரு செயலில் ஈடுபடும் போது இது போன்ற *flow* அனுபவம் ஏற்பட்டால் உங்களுடைய எல்லா கவலைகளும் போய்விடும். நேரம் மறந்து

போகும், நீங்கள் உங்களுடைய மறந்து போவீர்கள். உங்களுடைய விழிப்புணர்வை இழப்பீர்கர், உங்களது மனமும், உடலும் ஒரே புள்ளியில் செயல்படும்.

இந்த சமயத்தில் மகிழ்ச்சி கூட உங்களை அணுகாது. செய்கின்ற பணி கடுமையாயிருந்தால் முழுமையான மனத்திருப்தி ஏற்படும். சுயமதிப்பு, தன்மதிப்பு உயரும், உங்களை அழியாமல் உங்களின் மனதில் பெருமை துளிர் விட்டு பிரகாசிக்கும்.

ஆராய்ச்சிகளின் படி இந்த அனுபவங்கள் தொடர்ந்து உங்களுக்கு வருமேயானால் உங்கள் வாழ்க்கை அர்த்தமுள்ளதாக மாறும். இந்த அனுபவங்கள் நமக்கு நாம் விளையாட்டு விளையாடும் போது கிடைக்கும்.

இதை தவிர படைப்பாக்கம் சம்பந்தமான தொழிலில் ஈடுபடுபவர். அதாவது ஓவியம், இசை, கைத்தொழில் போன்றவர்களுக்கு இந்த அனுபவம் அதிகமாக கிடைக்க வாய்ப்பு உண்டு.

இந்த அனுபவம் யாருக்கு வரும் என்றால் தன் பணிகளில் தன்னை முழுமையாக ஈடுபடுத்திக் கொள்பவர்கள், அளவு கடந்த அக்கறையோடும், இணைப்பில்லாத ஆர்வத்தோடும், ஈடில்லாத ஈடுபாட்டோடும், அசைக்க முடியாத அர்ப்பணிப்போடும், விரும்பி, நேசித்து பணியில் தன்னை கரைத்துக் கொள்பவர்களுக்கு மட்டுமே நான் அனுபவம் கிடைக்கும். இவர்களை *Work addict* என்று குறிப்பிடலாம். *'Workaholic'* என்றும் சொல்லலாம்.

இந்த அனுபவத்தை தொடர்ந்து அளவு கடந்த மகிழ்ச்சியும்,ஒரு பெருமிதமும், தன்னைப் பற்றிய உயர்வான எண்ணமும், சுயமதிப்பும் உயரும்.

இந்த அனுபவங்கள் அளவிற்கு மீறி வரும்போது அது ஒரு வெறியைக் கூட ஏற்படுத்தக் கூடும்.

இந்த அனுபவம் கிடைக்கும் போது உங்களையே மறந்து விடுகிறீர்கள்,உணவை மறக்க மறக்கிறீர்கள், உடையை மறக்கிறீர்கள், உறக்கத்தை மறக்கறீர்கள், கவலைகளையும் மறக்கிறீர்கள், காரியங்கள் மட்டும் உங்கள் கண் முன்னால் தெரிகின்றன. காரணங்கள் காணாமல் போகின்றன.

பணி செய்யும் பலருக்கு இந்த அனுபவம் அடிக்கடி கிடைக்க வேண்டுமானால் தியானத்தை அதிகப்படுத்துங்கள், ஆழ்ந்த மூச்சுப் பயிற்சி இதற்கு உதவும், மனம் அமைதிக்கு அடையும் மனம் அமைதியாக இருக்கும் போது இந்த அனுபவம் அபரிமிதமாகக் கிடைக்கும்.

கோபத்தில் இருக்கும் போதோ, சோகத்தில் இருக்கும்போதோ, பதட்டத்தில் இருக்கும்போதோ, மன சிதைவின்போதோ இந்த அனுபவம் கிடைக்கும் வாய்ப்பு அரிதாகும்.

உங்களுக்கு பிடித்தமான பணியைத் தேர்வு செய்யுங்கள். உங்களது முழு திறமையையும் வெளிக்காட்டுகின்ற வாய்ப்புகள் அதில் இருக்க வேண்டும்.

அந்தப் பணி ஒரு சவாலாக இல்லாமல் உங்கள் மனம் ஆர்வம் குறைந்து போகும் வாய்ப்பு ஏற்படலாம்.

நல்ல எதிர்பார்ப்புகளோடு பணியைத் தொடருங்கள், தன்னம்பிக்கையை அதிகப்படுத்துங்கள், கவனக் குவிப்போடு செயல்படுங்கள். உங்களது திறமைகளை மெருகு ஏற்றுங்கள்.

இந்த அனுபவம், செய்யும் தொழிலை என்றும் நேசிப்பவர்களுக்கும், அது ஒரு கிடைப்பதற்கு அரிய வரம் என்று நினைப்பவர்களுக்கும், அந்த வரத்தை முழுமையாக்கத்தான் செய்வது ஒரு தவம் என்ற ஒரு உணர்வும் இருக்க வேண்டும்.

ஒவ்வொரு வினாடியும் தான் பயணிக்கும் பயணம் இலக்கை நோக்கித்தான் இருக்கிறது என்பதை உறுதி செய்து கொள்ளுங்கள்.

பயணம் திசை மாறாமல் இருந்தால் இந்த சுகமான அனுபவம் வளமான வாழ்வை நோக்கி இட்டுச் செல்லும்.

செய்யும் தொழிலே தெய்வம் எனப் போற்ற வேண்டும்

மெய் மறந்து அதில் மூழ்கும் பெரும் மேன்மை எய்தல் வேண்டும்.

சுகமான அனுபவத்தை மனம் குளிர தேடல் வேண்டும்

தன் மதிப்பு தன் பெருமை கூடல் வேண்டும்.

தொழிலுக்கு கொடையாக இருத்தல் வேண்டும்

தொழில் வளர தூணாக அமைதல் வேண்டும்.

தொழில் முனைவோர் உன்னைப் பார்த்து வியத்தல் வேண்டும்

இங்கு இவனை யான் பெறவே

என்ன தவம் செய்து விட்டேன்

எனப்புகழும் பேறுதனைப் பெறுதல் வேண்டும்.

17 வருட மக்கள் சேவையில்...

மூட்டு மாற்று சிகிச்சையில் ஒரு சகாப்தம் ! தொழில்நுட்பத்தின் உச்சம் !!

வெற்றிகரமாக 150 மூட்டுமாற்று அறுவை சிகிச்சை செய்து சாதனை

BALA ORTHO HOSPITAL

ரோபோடிக் மூட்டுமாற்று மற்றும் நுண்துளை சிகிச்சை மையம்

திருப்பூரில் முதன்முறையாக AI வசதியுடன் கூடிய

ரோபோடிக் மூட்டுமாற்று

அறுவை சிகிச்சை மையம்

திருப்பூரில் முதன்முறையாக உலகத்தரத்தில் தற்போது உள்ள அதிகபட்ச அதிநவீன தொழில்நுட்ப வசதிகளை கொண்ட

ROBOTIC TOTAL KNEE REPLACEMENT ORTHOPAEDICS CORI SURGICAL SYSTEM

அறுவை சிகிச்சையின்றி PRP சிகிச்சை மூலம் வலி இல்லாமல்

- சேதமடைந்த குறுத்தெழும்பு ● தசை நார்கள்
- டென்னிஸ் எல்போ ● முழங்கால் மூட்டு தேய்மானம்
- முழங்கால் வலி / முழங்கால் கீழ் வாதம் ● குதிங்கால் வலி
- தோள்பட்டை ஜவ்வு வலி ● அகில்லெஸ்
- PATELLAR தசைநார் புண்

✓ ரோபோடிக் முறையில் மிகத்துல்லியமாக வலியில்லாமல் நீண்ட நாட்கள் பயன்பெறுகின்ற மூட்டுமாற்று சிகிச்சை.

✓ Stryker பிளைட் கூடு மூலமாக கிருமி இல்லாமல் நுண்ணுயிர் தொற்று இல்லாமல் மூட்டுமாற்று சிகிச்சை.

✓ பிளாஸ்மா டெக்னாலஜி மூலமாக நோய் தொற்று ஏற்படாமல் மூட்டுமாற்று சிகிச்சை.

- எலும்பு முறிவு சிகிச்சையில் அதிகபட்ச உள்கட்டமைப்பு மற்றும் அதிநவீன வசதிகள் ROBOTICS, MODULAR OT, MRI SCAN, CT SCAN, ULTRASOUND SCAN (PORTABLE & FIXED), STERRAD PLASMA STERILIZATION, STRYKER HOOD SYSTEM & EXPERIENCED / TRAINED DOCTORS & STAFFS கொண்ட திருப்பூரின் ஒரே மருத்துவமனை.
- தோள்பட்டை, முழங்கால் நுண்துளை சிகிச்சையில் அதிநவீன தொழில்நுட்பத்துடன் இரண்டு 4K CAMERA (Stryker, Smith & Nephew) வசதி உள்ள திருப்பூரின் ஒரே மருத்துவமனை.
- Smith & Nephew 4K (RF LASER Technology) அதிநவீன நுண்துளை சிகிச்சைகள் மூலம் மூட்டு தேய்மானத்தை சரிசெய்யக்கூடிய வசதி உள்ள திருப்பூரின் ஒரே மருத்துவமனை.
- திருப்பூரில் அதிகபட்ச முழங்கால் மூட்டுமாற்று சிகிச்சை, முழங்கால் நுண்துளை அறுவைசிகிச்சை, பாதங்கால் நுண்துளை அறுவைசிகிச்சை, இடுப்பு மூட்டுமாற்று அறுவைசிகிச்சை, தோள்பட்டை நுண்துளை அறுவைசிகிச்சை, மணிக்கட்டு நுண்துளை அறுவைசிகிச்சை மேலும் பல அறுவைசிகிச்சைகளை வெற்றிகரமாக செய்து சாதனைபுரிந்த திருப்பூரின் ஒரே மருத்துவமனை.
- எலும்பு சம்பந்தப்பட்ட அனைத்து வியாதிகளையும் கண்டறிய, குணப்படுத்த அதிநவீன உலகத்தரம் வாய்ந்த தொழில்நுட்பம் கொண்ட திருப்பூரின் ஒரே மருத்துவமனை.
- 16 வருடத்திற்கு மேல் அனுபவம் உள்ள, எலும்புமுறிவு சிகிச்சை மருத்துவர்கள் உள்ள 24 மணி நேரமும் (24×7) செயல்படும் திருப்பூரின் ஒரே மருத்துவமனை.

பாலா ஆர்த்தோ மருத்துவமனை

அரசு மருத்துவமனை எதிரில், தாராபுரம் மெயின் ரோடு,
பாரத் பெட்ரோல் பங்க் அருகில், திருப்பூர்-641 605.

90 8383 8484 / 90 8686 9696 / 91 3434 3535

Bala Ortho Hospital

முதலமைச்சரின் விரிவான மருத்துவ காப்பீட்டுத் திட்டம் மற்றும் அனைத்து தனியார் காப்பீட்டுத் திட்டத்தின் கீழ் கட்டணமில்லா சிகிச்சைகள் !

மூட்டு சிகிச்சை என்றாலே ! தொழில்நுட்பம் என்றாலே !! நவீனம், உலகத்தரம் என்றாலே !!! என்றும் என்றென்றும் ஒரே மருத்துவமனை பாலா எலும்பு மூட்டு மாற்று மருத்துவமனை

Published on 1.6.2026
lla. Se.Kavin Thannambikkai Regd. with Dept. of Post No CB/042/ 2024-2026, RNI No. TNTAM/1464/1999, Postal Date 1.6.2026

தன்னம்பிக்கை பிரிண்டர்ஸ், கோயம்புத்தூர்-41-ல் அச்சிடப்பட்டு, எண். 10, சாஸ்திரி வீதி எண் 1, பி.ன். புதூர், கோயம்புத்தூர் - 641041 என்ற முகவரியிலிருந்து வெளியிடுபவர், ஆசிரியர் மற்றும் உரிமையாளர் திருமதி. கமலம் கந்தசாமி.