கதம்பம்

மே 2021

இந்த இதழில்....

- அறிவிப்பு மடல்
- நடிகர் விவேக் - ஒரு அஞ்சலி
- குறளும் பொருளும்
- திரையும் இசையும்
- சமையல் குறிப்பு
- புரட்சித்தலைவியுடன் ஒரு நேர்காணல்
- நடிகை லட்சுமி பிரியாவுடன் ஒரு இணையவழி கலந்துரையாடல்
- மூளைக்கு வேலை - புதிர்கள்
- கவிதைக்குவியல்
- திரைப்பட விமர்சனம்
- தமிழ்ப்பள்ளி மாணவர்கள்
- நம் நுகர்வு/கழிவு முறைகள் சரியானதா?
- உடல்நலக் குறிப்பு
- செவிலியர்களுக்கு வணக்கம் (சிறுகதை)
- வாசகர் கருத்து படிவம்
- புதிர்களின் விடைகள்

அறிவிப்பு மடல்

மே மாதம்: தமிழ்நாட்டில் கொரோனாவால் பாதிக்கப்பட்ட மக்களுக்கு உதவ இரிச்மண்டு தமிழ் சங்கம் **இருபது ஆயிரம் டாலருக்கும்** மேல் நிவாரண நிதி திரட்டி **சென்னை ரோட்டரி கிளப்** மூலம் பல மருத்துவமனைகளுக்கு Oxygen concentrator போன்ற அவசர மருத்துவ உபகரணங்களை வாங்கி அளித்துள்ளது. இந்த நிதிக்கு பணம் அளித்து உதவிய உறுப்பினர்கள் அனைவருக்கும் இரிச்மண்டு தமிழ்ச் சங்க நிர்வாகக் குழு சிரம் தாழ்த்தி வணங்குகிறது.

ஆகஸ்டு மாதம்: **CDC யின்** கோவிட் வழிகாட்டுதல்கள் அனுமதித்தால் இரிச்மண்டு தமிழ்ச் சங்கத்தின் வருடாந்திர **Volleyball tournament** நடத்த திட்டமிட்டிருக்கிறோம். விளையாடும் தேதிகள் பின்னர் அறிவிக்கப்படும்.

All submissions for ***Kadambam*** should be emailed to newsletter.rts@richmondtamilsangam.org by the 15th of each month.

நடிகர் விவேக் - ஒரு அஞ்சலி

Comedy is a serious business என்று சொல்வார்கள். பொதுவாகவே தமிழ்த் திரையுலகம் திறன்மிக்க நகைச்சுவை நடிகர்களைத் தொடர்ச்சியாகப் பெற்று வந்திருக்கிறது. கலைவாணர் என்.எஸ்.கிருஷ்ணனில் தொடங்கி காளி ரத்தினம், டி.ஏ.மதுரம், தங்கவேலு, முத்துலட்சுமி, சந்திரபாபு, நாகேஷ், மனோரமா, தேங்காய், சுருளிராஜன், கவுண்டமணி, செந்தில், கோவை சரளா என்று நீளும் இந்த வரிசையில் எவ்விதத் தயக்கமும் இன்றி இணைக்கப்பட வேண்டியவர்கள் வடிவேலுவும், சமீபத்தில் மறைந்த சின்னக் கலைவாணர் விவேக்கும்.

மதுரை அமெரிக்கன் கல்லூரியில் பட்டப்படிப்பு படிக்கும் காலத்திலேயே நாடகம், மிமிக்ரி என்று தனது திறமையைப் பட்டை தீட்டிக் கொண்டவர். சென்னையில் அரசு தலைமை செயலகத்தில் பணி புரிந்து கொண்டிருக்கும் காலத்தில் இயக்குநர் கே.பாலசந்தரால் 'மனதில் உறுதி வேண்டும்' மூலம் 80களின் இறுதியில் தமிழ்த் திரையுலகுக்கு அறிமுகமானார்.

ஆனால் படவாய்ப்புகள் மத்திய 90கள் வரை அவ்வளவு எளிதாகக் கிடைத்து விடவில்லை. 2000 துவக்கத்தில் வடிவேலு கோவை சரளாவிடம் அலுத்துப் போகும் வரை அடி மேல் அடி வாங்கிக் கொண்டிருக்கும் காலத்தில் (அவர் வின்னர் படத்தில் மறுபிறவி எடுத்த பின் நடந்தது வேறு கதை), விவேக் மின்னலே, குஷி, பாளையத்து அம்மன், பெண்ணின் மனதைத் தொட்டு, அந்நியன், திருமலை, சாமி, ரன், தூள் என்று உச்சம் தொட்டார். கதாநாயகனின் நகர்ப்புற நண்பன் பாத்திரம் மூலம் மூட நம்பிக்கைகளை நக்கலுடன் சாடுவது என்பது இவரது பல படங்களில் அடிநாதமாக இருந்தது. அதுவும் ரன் படத்தில் திருச்சியில் இருந்து நண்பனைத் தேடி சென்னை வந்து, பல விதங்களில் ஏமாற்றப்பட்டு இறுதியில் அவரே ஒரு போலி பாவாடைச்சாமியாராக மாறுவது என்று அமர்க்களப்படுத்தி இருப்பார். அதேபோல் அந்நியனில் ரயிலில் அவர் லூட்டி அடிக்கும் காட்சி இன்றளவும் ரசிக்கப்பட்டு வருகிறது.

அதே சமயம் தன்னுடைய பாத்திரத்தின் மூலம் சமூகநீதிக்கான ஆதரவை வெளிப்படுத்துவதிலும் அவர் தயங்கியதேயில்லை. 'சாமி'யில் பட்டியலின சிறுவர்களுக்கு பூணூல் மாட்டி வீட்டிற்கு அழைத்து வருவது, அவர்களைத் தனியார் பள்ளியில் சேர்க்க சண்டை போடுவது என்று பல முற்போக்குக் கருத்துக்களை நகைச்சுவையுடன் சொல்லியிருப்பார். அதனால்தான் சின்னக் கலைவாணர் பட்டம்.

சமுதாய பிரக்ஞையுள்ள கலைஞன். டெங்கு விழிப்புணர்வு, நெகிழி (plastic) எதிர்ப்பு போன்ற பிரச்சாரங்களை முன்னெடுத்தவர். எல்லாவற்றுக்கும் மேலாக மறைந்த ஜனாதிபதி அப்துல் கலாமின் அறிவுறுத்தலின்படி ஒரு கோடி மரங்கள் நடுவதற்கான இயக்கத்தைத் தொடங்கியவர். அவர் மறையும் வரை கிட்டத்தட்ட 33 இலட்சம் மரங்களை அவர் இயக்கத்தின் மூலம் நட்டிருக்கிறார். சிறந்த நகைச்சுவைக் கலைஞர் என்பதைத் தாண்டி ஒரு சமுதாயத்தின் மேல் அக்கறையுள்ள பிரபலமாக இருந்திருக்கிறார். இந்திய அரசும் பத்மஸ்ரீ வழங்கி கௌரவித்திருக்கிறது.

சென்று வாருங்கள், விவேக்!

எழுதியவர்: ரவி திருவேங்கடத்தான்

குறளும் பொருளும்! (திருக்குறள்)

திருக்குறள் முழுதுமே பிரமிக்க வைக்கும் சிந்தனை என்ற போதும், இந்த நட்பியல் பற்றி மட்டுமே தனியாக மாய்ந்து மாய்ந்து பேசலாம். மொத்தம் 17 அதிகாரங்கள். நட்பு, நட்பு ஆராய்தல், தீ நட்பு, கூடா நட்பு என்பதெல்லாம் இயல்பாக நட்பியலில் அமையக் கூடியவை. "மருந்து" என்ற அதிகாரம் ஏன் அங்கே? குடியியலில் இருந்திருக்கலாம்; உழவு, இரத்தல் (இரவு), நல்குரவு (ஏழ்மை) போன்றவையோடு இருந்திருக்கலாம். ஏன் நட்பியலில்?

புதிதாக திருக்குறள் நூலை ஒருவர் படிக்கத் தொடங்கினால் நிச்சயமாக இந்தக் கேள்வியை கேட்டுக் கொள்வார்.
மருந்தை எதுக்காக நட்பு என்ற பிரிவில் (இயல்) அமைத்திருக்கிறார் வள்ளுவர் என்று.

அந்த "மருந்துப் பொட்டலத்தை" பிரித்துப் பார்த்தால் விடை கிடைக்கிறது.

முதல் குறள் உடல் நலத்தை பாதுகாத்துக் கொண்டால் மருந்து தேவைப்படாது என்கிறது. "நோயைத் தடுப்பதே முதல் மருந்து" என்பது அதன் உட்பொருள்.

அடுத்த ஆறு குறள்களில் திங்காதே திங்காதே கண்ணாபின்னா-ன்னு திங்காதே என்று கண்டிப்போடு அழுத்தி அழுத்திச் சொல்கிறார்.
ஆம். மருந்து என்ற அதிகாரத்தின் 10 குறள்களில் 6 உணவைப் பற்றியது. எல்லாவற்றிலுமே "அளவோடு உண்" என்ற குரல்.

கவனமாக இருந்தும் நோய் வந்துவிட்டால் எப்படி அதைக் கையாள்வது, குணப்படுத்துவது என்று கடைசி மூன்று குறள்கள்.

ஆற அமர நல்லா யோசிச்சு பாருங்க,
நண்பர்கள் ஒன்று கூடும் போது இயல்பாக அங்கே வருவது உணவு. கடையில் வாங்கியதோ நாமே சமைத்து பகிர்ந்து கொள்வதோ, நண்பர்களோடு இருக்கும் போது உணவு நிறைய நம்மைச் சுற்றி இருக்கும். பேச்சு, சிரிப்பு, சுவை, மகிழ்ச்சியில் அளவு மறந்து உண்போம். நட்பு எனும் நன்மையின் மூலமாக நாமாக நம் உடலுக்கான தீங்கை ஏற்படுத்திக் கொள்ள வழி உருவாகிறது.

அது போன்ற நட்பான இடங்களிலும் கவனமாக இரு; வாயைக் கட்டு; உடல் கெட்டுப்போகும்; உடல்நலம் காப்பாற்ற வேண்டிய ஒன்று; நல்ல சுவையான சாப்பாடு என்றால் கூட அளவோடு சாப்டா உயிருக்கு ஊறுபாடு இல்லாம இருக்கும்.

எனவே,
தின்னுகிட்டே இருக்காதே, வாயைக் கட்டு என்று அவர் கண்டிக்கும் ஆறு குறள்களில் ஒன்று இது:

"அடுத்த வேளை சாப்பாட்டுக்கு உட்காரும் முன்பு போன தடவை எவ்ளோ சாப்டோம், எவ்ளோ செரிச்சு இருக்கு என்பதை உணர்ந்து அதுக்கேத்த மாதிரி அளவா சாப்பிட்டால் உடலுக்கு மருந்து என்பதே தேவையில்லை"

[நாம் சொன்னால் இவ்ளோ நீளமா இருக்கு. ஐயன் ஏழே சொற்களில் இதையே சொல்லிடறார்]

குறளும் பொருளும்! (திருக்குறள்)

"மருந்தென வேண்டாவாம் யாக்கைக்கு அருந்தியது
அற்றது போற்றி உணின்"

மருந்தென வேண்டாம் உடலுக்கு சாப்பிட்டது,
செரிச்சது கணக்குல வெச்சு (அதுக்கேத்த மாதிரி அடுத்த வேளை) உண்டால்.

யாக்கை = உடல்
அருந்தியது = உண்டது
அற்றியது = செரித்தது
போற்றி = கணக்குல வெச்சுகிட்டு

இதை வாய்ப்பாக எடுத்துக்கொண்டு இந்த அதிகாரத்தின் மற்ற குறட்பாக்களையும் படித்துப் பாருங்கள். வள்ளுவரின் மேதைமையை மீண்டும் காணலாம்.

முடிவாக, வாயை வெச்சுகிட்டு சும்மா இருந்தால் (நாவடக்கம்) சமூகச் சிக்கல்கள் தவிர்ப்பது போலவே உடல் சிக்கல்களையும் தவிர்த்திடலாம் என்கிறார் வள்ளுவர்.

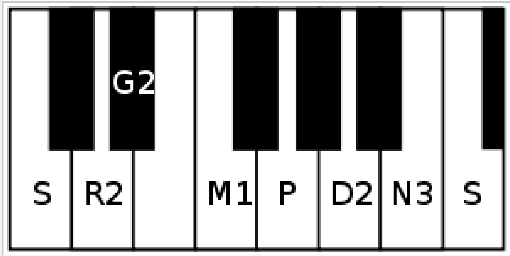
எனவே நண்பர்களே,
அடுத்த பாட்லக் போகும் முன் நட்பியலின் மருந்துப் பொட்டலத்தை இருமுறையேனும் படித்த பின் செல்லவும். உடல் நன்றி சொல்லும். :)

எழுதியவர் - உள்ளூர்க்காரன்

திரையும் இசையும் - கௌரி மனோஹரி

து 23 வது மேளகர்த்தா ராகம்.

சென்ற இதழில் விவரிக்கப்பட்ட தர்மவதி ராகத்தில், ப்ரதி மத்தியமத்தை எடுத்துவிட்டு சுத்த மத்தியமம் உபயோகித்தால் உண்டாகும் ராகம் இது. பல வித கமகங்களை இசைந்து கொடுக்கும் ராகம். ஆதலால் ராக ஸஞ்சாரங்களுக்கு தோதுவானது.



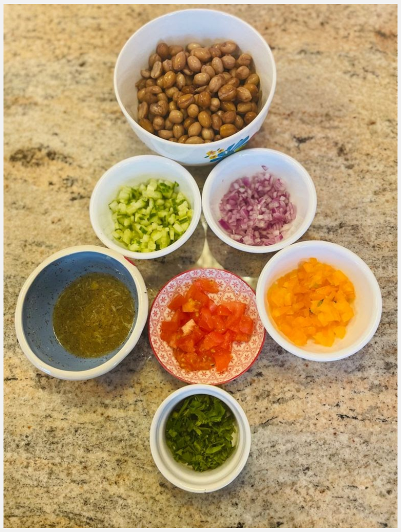
கர்நாடக இசையில், முத்துஸ்வாமி தீக்ஷிதர் இயற்றிய பராசக்தி ஈஸ்வரி, ஸ்வாதி திருநாள் எழுதிய சரச சாம ம்ரிது, மைசூர் வாசுதேவாச்சாரின் படைப்பான வரலக்ஷ்மி நமோஸ்துதே போன்ற கிருதிகள் பரவலாக பாடப்பட்டு வருபவை. உலகெங்கும் நடைபெறும் தியாகராஜ ஆராதனை நிகழ்ச்சிகளில், அவரது பஞ்சரத்தின கிருதிகளை பாடுவதற்கு முன், குரு வந்தனமாக அவர் இயற்றிய குரு லேக எடுவண்ட்டி பாடப்படுவது வழக்கம்.

திரைப்படங்களில், இந்த ராகத்தில் அமைந்த பாடல்களில் ஒரு சில:

திரைப்படம்	பாடல்	இசையமைப்பாளர்
டாக்டர் சிவா	மலரே குறிஞ்சி மலரே	எம். எஸ். விஸ்வநாதன்
சுமதி என் சுந்தரி	ஒரு ஆலயமாகும் மங்கை மனது	எம். எஸ். விஸ்வநாதன்
அவள் ஒரு தொடர்கதை	தெய்வம் தந்த வீடு	எம். எஸ். விஸ்வநாதன்
மழலை பட்டாளம்	கௌரி மனோஹரியை கண்டேன்	எம். எஸ். விஸ்வநாதன்
திருவிளையாடல்	பாட்டும் நானே	கே. வீ. மஹாதேவன்
ஏணிப்படிகள்	பூந்தேனில் கலந்து	கே. வீ. மஹாதேவன்
தர்மத்தின் தலைவன்	முத்தமிழ் கவியே வருக	இளையராஜா
மௌன ராகம்	சின்ன சின்ன வண்ண குயில்	இளையராஜா
தூறல் நின்னு போச்சு	பூபாளம் இசைக்கும்	இளையராஜா
மனதில் உறுதி வேண்டும்	கண்ணா வருவாயா	இளையராஜா
நிழல்கள்	தூரத்தில் நான் கண்ட	இளையராஜா
நான் பாடும் பாடல்	பாடும் வானம்பாடி	இளையராஜா
இன்று நீ நாளை நான்	பொன் வானம் பன்னீர் தூவுது	இளையராஜா
தனிக்காட்டு ராஜா	சந்தன காற்றே	இளையராஜா
வெள்ளை ரோஜா	சோலைபூவில் மாலை தென்றல்	இளையராஜா
காதலர் தினம்	ரோஜா ரோஜா	ஏ. ஆர். ரஹ்மான்

தொகுப்பு : நாராயணன் சுப்ரமணியன்

வேர்க்கடலை சாலட்



தேவையான பொருட்கள்

பச்சை வேர்க்கடலை - 1 கப் (6 முதல் 7 மணி நேரம் ஊற வைக்கவும்)
துருவிய கேரட் - 1/4 கப்
நறுக்கிய வெள்ளரிக்காய் - 1/4 கப்
நறுக்கிய குடை மிளகாய்(சிவப்பு, ஆரஞ்சு, மஞ்சள்) - 1/4 கப்
தக்காளி - 1/4 கப்
நறுக்கிய கொத்தமல்லி - 3 ஸ்பூன்

சாலட் டிரஸ்ஸிங்
எலுமிச்சை சாறு - 3 ஸ்பூன்
உப்பு - உங்கள் சுவைக்கு ஏற்ப
கருமிளகு - 2 ஸ்பூன்

செய்முறை

1. ஒரு தனி கிண்ணத்தில் எலுமிச்சை சாறு, உப்பு, மிளகு அனைத்தும் கலந்த சாலட் டிரஸ்ஸிங் ஐ தனியாக வைக்கவும்.
2. ஊறவைத்த வேர்க்கடலை உப்பு சேர்த்து பிரஷர் குக் பண்ணவும். பிரஷர் குக் ஆன வேர்க்கடலை நன்றாக ஆற வேண்டும்.

3. பிறகு நறுக்கிய காய்கறி, கலந்த சாலட் டிரஸ்ஸிங் மற்றும் வேகவைத்த வேர்க்கடலையையும் நன்றாக கலந்து விடவும்.

அனைத்து பொருட்களையும் கலந்து பிறகு, 4 முதல் 6 மணி நேரம் ஃப்ரிட்ஜில் வைக்கவும். இப்பொழுது சுவையான சாலட் தயார். அனைவரும் இந்த ரெசிபியை செய்து ருசித்து பாருங்கள். எல்லோரும் உங்களின் அடுத்த பாட்லக்கிற்கு இந்த ஆரோக்கியமான சிற்றுண்டியை செய்து, உண்டு மகிழுங்கள்.

உங்களிடம் இந்த சுலபமான மற்றும் ஆரோக்கியமான சிற்றுண்டி அல்லது ஸ்டார்ட்டர் சமையல் குறிப்பை பகிர்வதில் மகிழ்ச்சி அடைகிறேன்.

எழுதியவர்: சிவகாமி ராமசாமி

புரட்சி தலைவியுடன் ஒரு நேர்காணல்

தமிழ்நாடு தேர்தல் முடிந்து முதல்வரையும் தேர்ந்து எடுத்தாகி விட்டது. எங்கு பார்த்தாலும் ஒரே நேர்காணல் தான். தமிழ்நாடு முழுவதும் ஒரே பரபரப்பான செய்திகள். இந்த அரசு என்ன செய்யும் என எதிர்பார்ப்பு. அது ஏக்கமா அல்லது ஏமாற்றமா என்று யாருக்கும் தெரியாது.

அப்ப அப்ப புரட்சிகரமான சிந்தனை தோன்றும். அதே மாதிரி இன்றைக்கு ஒரு வித்தியாசமான சிந்தனை.

நமக்கும் ஒரு தலைவரை பேட்டி எடுத்தால் என்ன என்று தோன்றியது.

கூகுளை கிளிக்கினேன் " பேட்டி காண்பது எப்படி? " " யாரை பேட்டி காண்பது ?" " என்ன என்ன கேள்விகள் கேட்கவேண்டும்?" "பெரும்புள்ளிகள் பற்றி தகவல் சேர்ப்பது எப்படி?"
இந்த மாதிரி நிறைய கேள்விகள். படிக்க படிக்க தலை சுற்றியது.

ஏன் இவ்வளவு கஷ்டப் படணும்? பேசாமல் ஒரு லோக்கல் தலைவர் யாரையாவது பேட்டி எடுத்தால் என்ன? அப்ப ஒரு அசரீரி மாதிரி ஒரு செய்தி "மாற்றம் உன்னில் இருந்து தொடங்கட்டும்" என்று காதில் விழுந்தது.

இது என்னடா நம்மள நாமே பேட்டி எடுக்க முடியுமா? ஏன் எடுக்க முடியாது? டபுள் ஆக்ஷன் மாதிரி நம்மள இரண்டா பிரிச்சு ஒரு ஒரு மனசாட்சி இன்னொரு மனசாட்சியுடன் பேட்டி எடுக்கலாமே.

ஆஹா சக்தியும் சிவனும் பாதி பாதி தானே. ஏன் நம்மில் ஒரு பாதியான நம் குடும்பத்தலைவியை பேட்டி எடுத்தால் என்ன? இது விபரீத ஆசை தானே, இது தேவையா? குடும்பத்துல குழப்பம் வந்துடுமே.

என்ன என்ன கேள்விகள் கேட்கனுமுன்னு பெரிய பட்டியல் தயார் செய்யத் தொடங்கினேன். காதல்ல தொடங்குறதா, சின்ன வயசு பற்றி தொடங்குறதா, கல்லூரி வாழ்க்கை பற்றி பேசுறதா, நடப்பு பிரச்சினை பற்றி பேசுறதா, எதிர்காலத்தை பற்றி பேசுறதா. இப்படி பெரிய மனப்போராட்டம்.

கடைசியா ஒரு கேள்வி, நேரிலே பேட்டி காண்பதா அல்லது கற்பனையில் பேட்டி காண்பதா? எல்லாத்துக்கும் மேல முதல்வன் படம் மாதிரி நாமளும் ஒரு நாள் தலைவராகலாமுன்னு ஒரு நப்பாசை தான்.

நேரிலேயே பேட்டி காணலாமுன்னு முடிவு பண்ணிட்டேன்.

ஒவ்வொரு கேள்வியும் அப்புசாமி சீதா பாட்டியையும், வடிவேல் கோவை சரளா காமெடியையும் நினைவு படுத்தியது. எதிர் கேள்வி கேட்க அனுமதிக்கலாமா , கூடாதா? எப்படி எல்லாம் பிரச்னைகளை தவிர்க்கலாம்? நிறைய விசு படம் பார்த்து வச்சு இருக்கேன். எதாவது ஏடாகூடமா வந்தால் கொஞ்சம் குழப்பி விட்டுரலாம் பாருங்க. என்ன ஒரு புத்திசாலித்தனம்! நம்மளையே பாராட்டிக் கொள்ளலாம். இப்ப எங்க பேட்டி எடுக்குறது. வீட்டுலயா, வெளியிலயா ? சேச்சே கரோனா காலத்துல வெளியிலயா, வேண்டாம் வேண்டாம் வீட்டுக்குள்ளயே வச்சுக்கலாம். சமையலறை பக்கத்துல இருக்க கூடாது என்பதிலே நான் ரொம்ப திடமா இருந்தேன்.

அதெல்லாம் சரி, தலைவி கிட்டே எப்படி கேட்பது? எதுக்காகன்னு கேட்டால் என்ன சொல்லுறது ? சும்மா சும்மா பல்பு வாங்குறதுல ஒரு அர்த்தமும் இல்ல.

நமக்குன்னு தோதா என் மனைவியே வாங்க வாக்கிங் போகலாமான்னு கேட்க, பழம் நழுவி பாலில் விழுந்த மாதிரி இருந்தது. டபுள் ஒகே சொல்லி வாக்கிங் போக முடிவு பண்ணியாச்சு.

எனக்கு தேதி கிடைத்ததா, இல்லையா, நேர்காணல் நடந்ததா இல்லையா அப்படின்னு தானே யோசிக்கிறீங்க? வாக்கிங் அனுபவத்தை அடுத்த வாரம் சொல்லுறேனே?

உங்க நமட்டு சிரிப்பு எல்லாம் கேட்குது. இதெல்லாம் வாழ்க்கையிலே சகஜம் சார்.

எழுதியவர்: வேதாந்தி

நடிகை லட்சுமி பிரியாவுடன் ஒரு இணையவழி கலந்துரையாடல்

ஊரடங்கை எவ்வாறு கையாண்டீர்கள் என்று லட்சுமி பிரியாவிடம் கேட்டபோது

ஒரு நடிகருக்கு ஊரடங்கு என்பது திடீர் அதிர்ச்சியைப் போன்றது. ஏனென்றால், எங்கள் வேலைகளில் பெரும்பாலானவை அணிகளில் உள்ளவர்களைச் சந்திப்பது, வெளியே செல்வது, படப்பிடிப்பு செய்வது போன்றவை அடங்கும்.
என்னைப் பொறுத்தவரை, ஊரடங்கு அனுபவம் சும்மா இருக்காமல், கடினமான காலகட்டத்தை சமாளிக்க கற்றுக்கொள்ள எனக்கு உதவியது.

உதாரணமாக, நான் இணையவழியில் ஒரு நடிப்பு பட்டறையைத் தொடங்கினேன். வழக்கமாக நாங்கள் நடிப்பு பட்டறைகளைத் தொடங்கும் போது, மக்கள் ஒரே அறையில் இருப்பதைத்தான் எப்போதும் விரும்பியிருக்கிறோம். ஆனால் இணையவழியில் ஒரு நடிப்பு பட்டறையை இதற்கு முன்பு நினைத்ததில்லை.

எங்களுக்கு வேறு வழியில்லை. எங்களுக்கு ஒரு தேவை இருந்தது, எனவே தொடக்க நிலைக்கு தூரத்தை கருத்தில் கொண்டு, மக்கள் ஒரே அறையில் இல்லாததால், நாங்கள் செயல் பட்டறை ஒன்றை உருவாக்கினோம். அதற்காக இணையவழியில் நடிப்பை எவ்வாறு கற்பிப்பது மற்றும் பயன்படுத்த வேண்டிய தொழில்நுட்பங்கள் குறித்து நான் நிறைய ஆராய்ச்சி செய்ய வேண்டியிருந்தது.
இது நான் எடுத்த மிக முக்கியமான முயற்சி. அது ஒரு வெற்றியாக இருந்தது. இந்த ஊரடங்கில், நாங்கள் நடிப்பு பட்டறையைத் தொடங்கியபோது நடந்தது என்னவென்றால், நகரத்தின் பிற பகுதிகளுக்குப் பயணிக்க முடியாத நிறைய பேர் இணையவழி மிகவும் வசதியாக இருப்பதால் எங்கள் பட்டறையைப் பயன்படுத்த தொடங்கினர். உலகின் அனைத்து பகுதிகளிலிருந்தும் மாணவர்கள் என் பட்டறையில் சேர்ந்தனர். பின்லாந்து, சிங்கப்பூர், துபாய், அமெரிக்கா, இந்தியா நாடுகளைச் சேர்ந்த மாணவர்கள் மிகவும் திறமையானவர்களாக திகழ்ந்தனர்.

நடிகை லட்சுமி பிரியாவுடன் ஒரு இணையவழி கலந்துரையாடல்

மேலும் பட்டறைகளில் சேர்வதற்கான முக்கிய காரணம், அவர்கள் ஒரு நடிகராகவோ அல்லது ஏதோவொன்றாகவோ இருக்க விரும்புவதால் அல்ல, ஏனெனில் அவர்களுக்கு இருந்த நேரத்தில் புதிதாக ஒன்றை முயற்சிக்க விரும்பினர். புதிய விஷயங்களைச் செய்வதற்கும், அதை மற்றவர்களுக்கு கற்றுக் கொடுப்பதற்கும், ஒருவருக்கு உதவவும் நேரத்தை செலவிடுவது எனக்கு மிகவும் மகிழ்ச்சியளித்தது.

லட்சுமி பிரியாவிடம், அவர் துறையில் நிச்சயமற்ற தன்மைகளை எவ்வாறு கையாண்டார் என்று கேட்டபோது

சுற்றி நிறைய நிச்சயமற்ற நிலைகள் இருந்தன. ஏனென்றால், ஊரடங்கு எவ்வளவு காலம் நீடிக்கும், எவ்வளவு காலம் நாங்கள் வேலை இல்லாமல் இருக்கப் போகிறோம் என்பது தெரியாது. மேலும், கலைஞர்களான எங்களுக்கு மாத சம்பளம் கிடைக்காது. சம்பளத்தை ஒப்பந்த அடிப்படையில் மட்டுமே பெறுகிறோம்.

நிறைய பேருக்கு நிதி தொடர்பான பிரச்சினைகள் இருந்தன. அதிர்ஷ்டவசமாக, எனக்கு எந்தவிதமான நிதிக் கட்டுப்பாடுகளும் இல்லை. இது எனது பாக்கியம் என்றுதான் நினைக்கின்றேன்.

நான், குடும்பத்தினருடன் நேரத்தை செலவழிக்கவும், புதிய புதிய திறன்களைக் கற்றுக்கொள்ளவும் நேரம் ஒதுக்கிக்கொண்டேன்.

புதுமைகளைப் பற்றி கேட்டபோது

ஊரடங்கின் போது என் நடிப்பு சம்பந்தபட்ட விஷயங்களைச் செய்வதற்கான பல வழிகளை புதுமைப்படுத்த வேண்டியிருந்தது. எனது வீட்டின் வசதிகளுக்குள், வீட்டின் நான்கு சுவர்களுக்குள் நான் செய்த இரண்டு குறும்படங்கள் உள்ளன. நான் எனது கைபேசியில் படப்பிடிப்பும், டப்பிங்கும் செய்து, என் அணிக்கு அனுப்பினேன்.

“Your’s Shamefully true” என்ற ஒரு குறும்படத்தில் சிறிய பாத்திரத்தில் நடித்தேன். குறும்படங்கள் அவரவர் வீடுகளில் படமாக்கப்பட்டன. இவையனைத்தும் இந்த ஊரடங்கின் போது நிகழ்ந்த புதுமைகள்.

நடிகை லட்சுமி பிரியாவுடன் ஒரு இணையவழி கலந்துரையாடல்

எதிர்கொள்ளும் சவால்களைப் பற்றி கேட்டபோது

உடல் தகுதி அடிப்படையில் ஏராளமான சுய ஒழுக்கமும், கட்டுப்பாடும் தேவைப்பட்டது. ஏனெனில் நாங்கள் ஊரடங்கு முடிந்து வெளியே வரும்போது தயாராக இருக்க வேண்டும். முடிக்காமல் இருக்கும் படப்பிடிப்பு திட்ட அட்டவணைகளை தொடர வேண்டும். ஒரு நடிகரின் தோற்றத்தின் தொடர்ச்சி மிகவும் முக்கியமானது. எனவே தோற்றத்தையும் உடலையும் பராமரிக்க வேண்டும். இது ஒரு மிகப்பெரிய சவாலாக இருந்தது. ஏனென்றால் நாங்கள் எத்தனை மாதங்களுக்குப் பிறகு திரும்பிச் சென்று அதே படப்பிடிப்பைத் தொடங்கப் போகிறோம் என்பது தெரியாத நிலையில், நாங்கள் எங்கள் உருவ தோற்றத்தை மாறாமல் பாதுகாக்க வேண்டியிருந்தது.

ஊரடங்கு எவ்வளவு காலம் இருக்கப் போகிறது என்று தெரியாதபோது, தினமும் காலையில் எழுந்து வேலை செய்ய போதுமான உந்துதல் மிகவும் முக்கியமாக மற்றும் சவாலாகவும் இருந்தது.

தொடர்ந்து செல்ல ஏதாவது செய்ய வேண்டும். எனவே, நான் புதிய திறன்களை உருவாக்கத் தொடங்கினேன். ஒரு புதிய மொழியைக் கற்றுக்கொள்வது, ஒரு புதிய கருவியைக் கற்றுக்கொள்வது போன்ற இரண்டு புதிய திறன்களை நான் எடுக்க விரும்பினேன். நான் தினமும் எழுந்திருக்கும்போது எதிர்நோக்குவதற்கு எனக்கு ஏதாவது தேவைப்பட்டது. அதற்காக ஏதாவது செய்ய வேண்டும் என்பதால் இது போன்ற விஷயங்களை கற்கவும், புதிய திறன்களை வளர்த்துக் கொள்ளவும், கவனம் செலுத்தவும் நேரத்தை பயன்படுத்தினேன்.

தனிப்பட்ட வாழ்க்கை பற்றி கேட்டபோது

திருமணமாகி 6 மாதங்களுக்குள் ஊரடங்கு தொடங்கியது. இந்த ஊரடங்கின் போது எனக்கு நிறைய நேரம் இருந்ததால் எனது குடும்பத்தினருடனும் எனது கணவருடனும் நேரத்தை செலவிட முடிந்தது. ஒருவருக்கொருவர் புரிந்து கொள்ள மிகவும் உதவியது.

உங்கள் சமீபத்திய திரைப்படம் கர்ணன் பற்றி சில வார்த்தைகள்

கர்ணன் ஒரு வாழ்க்கை அனுபவம். ஒரு நடிகையாக மட்டும் இல்லாமல், என் வாழ்க்கையின் மிக முக்கியமான பயணம் கர்ணன். நிறைய கற்றுக்கொண்டேன். புதிய விஷயங்கள் தெரிந்து கொண்டேன். வாழ்க்கையை இன்னும் நன்கு புரியவைத்தது.

வரவிருக்கும் திரைப்படங்களை பற்றி கேட்டபோது

திரு.வசந்த் அவர்களின் தயாரிப்பில் உருவாகும் சிவரஞ்சனியும் இன்னும் சில பெண்களும் என்கிற தமிழ் திரைப்படமும், பி யு என்கிற மலையாள திரைப்படமும் வரவிருக்கின்றன.

இந்த இணையவழி உரையாடல் 2020 ஊரடங்கை பற்றிய பதிவாகும்.

தொகுத்தவர்: சுகன்யா நா.பி

மூளைக்கு வேலை - புதிர்கள்

புதிர் [A]: கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ள கட்டங்களில் காலியாக உள்ள கட்டங்களை நிரப்பவும்.

1							
		90					
				83			
							10

விதிமுறைகள்:

1. இந்தக் கட்டங்களில் நீங்கள் எந்த எண்களை வேண்டுமானாலும் பயன்படுத்தலாம்.
2. ஒவ்வொரு எண்ணையும் ஒரு முறை மட்டுமே பயன்படுத்த வேண்டும் .
3. இடமிருந்து வலமாக கூட்டினால் 388 -ம் மேலிருந்து கீழாக கூட்டினால் 194 -ம் கூட்டுத்தொகையாக வர வேண்டும்.

புதிர் [B]: ஒரு ரயில் வண்டி 362 பயணிகளுடன் புறப்பட்டது. முதல் நிறுத்தத்தில் 74 பயணிகள் இறங்கினர். 2 வது நிறுத்தத்தில் 12-ல் ஒரு பங்கினர் இறங்கினர். 3 வது நிறுத்தத்தில் 6-ல் ஒரு பங்கினர் இறங்கினர். 4 வது நிறுத்தத்திலும் சில பயணிகள் இறங்கினர். வண்டி கடைசி ரயில் நிலையத்தை அடையும் போது 103 பயணிகள் இறங்கினர் என்றால் 4வது நிறுத்ததில் இறங்கிய பயணிகள் எத்தனை பேர்?

(விடைகள் - கடைசிப் பக்கம்)

புதிர் ஆக்கம்: சந்துரு

திருமணம் (INDIA ✈ USA)

அன்புள்ள என் இனியவன்,
பெயர் அறிந்த மனிதன்
புகைப்படத்தில் ஒரு அறிமுகம்
பின்பு ஒரு முறை இன்னுரையாடல்
கைத் தொலைப்பேசியில் குரல்
பகல் இரவு நடுவில் கண்ணுறு உரையாடல்
வாரம் முழுவதும் மோதிர முகப்பு
மாதங்கள் பின்தொடர அரட்டை
கேளிக்கை பேச்சில் நட்பு மலர்ந்தது

மே மாதம் முதல் சந்திப்பு
வடபழனி முருகனின் அருள்
சிவன் சக்தியின் கொடுப்பினை
சுக்ரனிடம் ஒளி வெளிச்சம்
சரவண பவனில் இரவு உணவு
தரிப்பிடத்தில் இனிப்பு பரிமாற்றம்
மறந்துவிட்டேன், துவிசக்கர வண்டி பயணம்
பலர் என்னிடம் விசாரிப்பு உன்னை பற்றி

நடு இரவில் சந்தேகம் இவன் தான் வாழ்க்கைத் துணையோ
ஒரு வாரம் உள்ளது முடிவு எடுக்க, உறங்கலாம்
தாம்பாளங்கள் மாறின, முடிந்துவிட்டது வாழ்க்கை
என் சுதந்திரத்துக்கு முற்றுப்புள்ளி

மாலை நேரம், காய்ச்சலுடன் நான்
திரையரங்கில் அருகில் நயன்தாராவின் ரசிகர் (என் கணவன்)
ஐந்து மாதம் முடிவில் எங்கள் மணநாள்
தமிழக வெள்ளத்தில் பிரமாண்ட திருமணம்
நல்லவராகக் காட்சி அளித்தவர்

திடீரென, வெளிநாட்டு கொடுமையாளன் போல தோன்றினார்
காரணம், இருபது நேரம் விமான பயணம்
அதுமட்டுமா, வாழ்க்கை பயணம்

அமெரிக்காவில் சொர்க்கத்தைக் கண்டு வாழ்ந்து மகிழ்ந்தேன்
உன்னுடன் பல சுற்றுப் பயணங்கள்
அனைத்து விழாக்களும் கொண்டாடினோம்
சுதந்திரமே வாழ்க்கையாக அமைந்தது
தாய் தந்தையின் மறு உருவமாய் கணவன்
நேரங்கள் சிறப்பாகக் கழிக்க தோழன் (என் கணவன்)

எனக்கு பிடித்திருக்கிறது, உங்களுடன் இந்த பயணம்! ❤

இப்படிக்கு, உன் இனியவள்

இது அனைத்தும் உண்மையான நினைவுகள் (2015 Episodes) **

எழுதியவர் - ஹர்ஷினி ஸ்ரீனிவாசன்

கடவுளின் கடிதம்

அன்புள்ள மனிதர்களுக்கு
உயிர் தந்து உடல் தந்து
நீர் தந்து நிலம் தந்து
உணவு தந்து உறக்கம் தந்து
இரவு தந்து பகல் தந்து
இருள் தந்து ஒளி தந்து
நேரம் தந்து காலம் தந்து
உறவு தந்து உணர்வு தந்து
வாழும் வாழ்க்கை தந்த என்னை

நீயே உருவாக்கி நீயே பெயர் வைத்து
நீயே கதை சொல்லி நீயே நம்ப வைத்து
நீயே முறை வைத்து நீயே விழா எடுத்து
நீயே கொண்டாடி நீயே மகிழ்ந்து
நீயே தலைமை கொள்ள
நீயே பிரிவினை உண்டாக்கி
நீயே அமைதியை கெடுத்து
நீயே பாவங்கள் செய்து
நீயே பரிகாரங்களும் கூறி
முடிவில் எல்லாம் இறைவன் செயல் என
முழங்கி
கடவுளே இதெல்லாம் உனக்கு நியாயமா
என பிதற்றும் மனிதர்களே

இப்போது நான் உங்களை கேட்கிறேன்
இதெல்லாம் உங்களுக்கு நியாயமா?
நீங்கள் செய்கிற குற்றங்களுக்கு
என் பெயர் வைப்பது நியாயமா?

நான் செய்யாத பாவங்களுக்கு
என் பெயர் சொல்வது நியாயமா?
எனக்கான நீதியை நான் எங்கு கேட்பேன்
என்மீதுள்ள பழிகளை நான் எவ்வாறு
களைவேன்
கூறுங்கள் மனிதர்களே இதெல்லாம்
நியாயமா?

அன்பு செய்து அறம் வளர்த்து
உலகம் செழிக்க தினம் உழைத்து
உயிர்களை நேசித்து ஒற்றுமை போற்றி
நீதி காத்து நிம்மதி பெற்று
இன்பமாய் வாழுங்கள்
என்னையும் பழியிலிருந்து காப்பாற்றுங்கள்
இப்படிக்கு
மனக் குமுறலுடன் கடவுள்

எழுதியவர் - வெண்பா

அமைதி

அமைதி -
அதன் அர்த்தம் வெறும் 'நிசப்தம்'-அல்ல
'மனம்', சுற்றம்', 'சூழல்'
இவை ஒவ்வொன்றும் அதனதன் ஒழுக்கத்தில்
அசைதலும்
ஓசைகள் ஒலித்தலும்
ஆழ்ந்து நனைதலும்
புறத்தாக்குதல் துளியேனும்-இன்றி
பூர்ணமாய் செய்தொழில் செய்தலும்
சிந்தையில் வேட்கையை சிற்பமாய் செதுக்குதலும்
புன்னகையை உள்ளிருந்து பூத்தலும்
சுற்றத்தின் சுயமில்லா அன்பினையும்,
சூழலின் களங்கமில்லா இயற்கையையும்
இருப்பதை இருப்பது போல்
ஏற்பதும்
ஏற்று ரசித்தலும்
சிதறாத சிந்தையும்
சீரான சுவாசமும்
மட்டுமே ‘அமைதி’ என்பேன்.

எழுதியவர் - சுரேஷ் கண்ணா

அன்னை...

அவள் ஒரு காவியம்,
இருந்தும் தன் பிள்ளையின் கைக்குட்டையாய்
அழுமுன் கண் துடைப்பாள்.

அவள் ஒரு புத்தகம்,
இருந்தும் தன் பிள்ளையின் சிந்தை கிறுக்கலுக்கு
வெள்ளை காகிதமாய் செவிசாய்ப்பாள்.

அவளே ஒரு ஓவியம்,
இருந்தும் தன் பிள்ளையை, சிற்பியாய் மாறியவள்
ஒரு சிற்பம் போல் செதுக்குவாள்.

அவள் பிரம்மன் படைத்த அன்பின் இலக்கணம்,
தன் பிள்ளை தடுக்கும் தருணமெலாம்
தாய்குரலே முதல்நாடும்.

உண்மையில் அதிபலசாலி,
தன் பிள்ளையின் ஆதி அணுமுதல் ஐம்புலன் வரும்வரை
கருவினிலே கட்டிக்காப்பாள்.

அன்னையர் தினம்,
அவளை வாழ்த்த இன்று ஒரு தருணம்!

எழுதியவர் - சுரேஷ் கண்ணா

வணிக ஆதரவாளர்களுக்கு நன்றி!

திரைப்பட விமர்சனம் - Nayattu (மலையாளம்)

மலையாளப் படங்களுக்கே உரித்தான மிக நிதானமான ஆரம்பம். புதிதாகக் காவல்துறையில் சேர்ந்திருக்கும் கான்ஸ்டபிள் ப்ரவீன், கட்டிக் கொண்டிருக்கும் வீட்டுப் பிரச்சினையில் மற்றொரு கான்ஸ்டபிள் சுனிதா, அரசியல்வாதியிடம் இருந்து வரும் அழுத்தங்களை வேண்டா வெறுப்பாக அதே சமயம் திறம்பட செய்யும் உதவி துணை ஆய்வாளர் மணியன் என்று மூன்று காவல் அதிகாரிகளின் பின்புலங்களோடு ஆரம்பக் காட்சிகள் நகர்கின்றன. இந்த மூவரில் இருவர் தலித்துகள். இவற்றோடு அந்தத் தொகுதியில் வரும் முக்கிய இடைத்தேர்தல் தொடர்பான பரபரப்புக்கள். ஆனால் எதுவுமே தேவையற்ற காட்சி என்று ஒட்ட முடியாது. ஆரம்பக் காட்சியான கயிறு இழுக்கும் போட்டியும் பிறகு ஒரு உருவகமாகப் புரிபடுகிறது. 30 நிமிடங்களில் காவல் நிலையத்தில் நடக்கும் மோதலுக்குப் பின் படம் வேகம் பிடிக்கிறது.

சுவாரசியமான கதை. வழக்கமான த்ரில்லர் வகையைத் தாண்டி தலித்- போலீஸ் இடையே ஆன மோதலையும் அதை அரசியல்வாதிகள் எப்படி ஓட்டு அரசியலுக்குப் பயன்படுத்திக் கொள்கிறார்கள் என்பதையும் பேசுகிறது.
இந்த மோதலில் இரண்டு தரப்புடைய குறை நிறைகளை இயக்குநர் சமநிலையுடன் காட்சிப்படுத்தியிருக்கிறார். திரைக்கதை மோதலின் தீவிரத்தைப் படிப்படியாகக் கூட்டிக் கொண்டு போகிறது.

முக்கியமாக மூன்று அம்சங்கள் சிறப்பு. திரைக்கதை, நடிகர்கள் தேர்வு, ஒளிப்பதிவு. முக்கிய மூன்று கதாபாத்திரங்களில் வரும் ஜோஜு ஜார்ஜ், கொஞ்சக்கோ போபன், மற்றும் நிமிஷா சஜயன் (The Great Indian Kitchen) - அருமையான நடிப்பு. நடிக்கிறார்கள் என்ற உணர்வு தோன்றாமலேயே. தேய்வழக்காகச் சொல்ல வேண்டுமென்றால் அந்தப் பாத்திரமாகவே வாழ்ந்திருக்கிறார்கள். குறிப்பாக ஜோஜு ஜார்ஜ் - தேசிய விருது வாங்கியவர். மனிதர் உடல்மொழியிலும், சின்னச் சின்ன முகபாவங்களிலும் பின்னியெடுக்கிறார். அதேபோல் நிமிஷா. இந்தப் பெண்ணின் கதாபாத்திரத் தேர்வுகள் அட்டகாசம்.
ஒளிப்பதிவு - துருத்திக் கொண்டு தெரியாமல் அப்படியே போகிற போக்கில் கண்ணில் ஒற்றிக் கொள்ளும்படியாக. மற்றோரு ஆறுதலான அம்சம் படத்தின் பிற்பகுதியில் பரவலாக வரும் தமிழ். மற்ற பிற மொழிப் படங்களில் வரும் மொழி பெயர்க்கப்பட்ட தமிழ் போல் இல்லாமல் இயல்பாக இருக்கிறது.

தமிழில் வந்த விசாரணை படம் நிச்சயம் நினைவுக்கு வரும். ஆனால் இந்தப் படம் ‘விசாரணை’யின் வன்முறையைத் தவிர்த்து மோதலின் பல்வேறு பரிணாமங்களைக் காட்டுகிறது. இறுதியில் வரும் கண் தெரியாத மூதாட்டி ஓட்டுப் போடும் காட்சி டைரக்டோரியல் டச்!

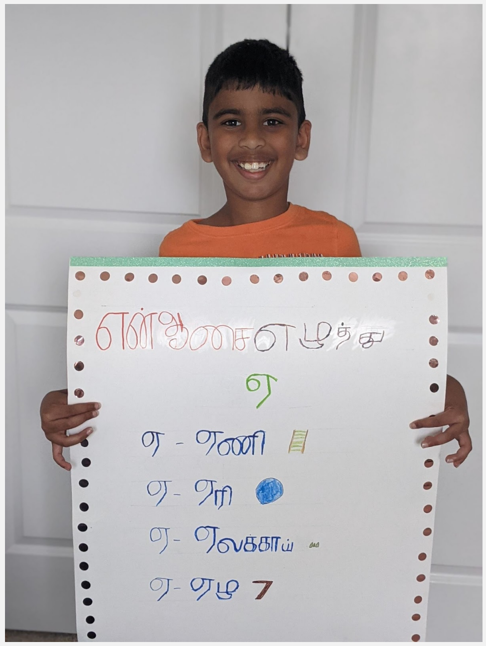
நெட்ஃபிளிக்ஸில் இருக்கிறது.

எழுதியவர்: ரவி திருவேங்கடத்தான்

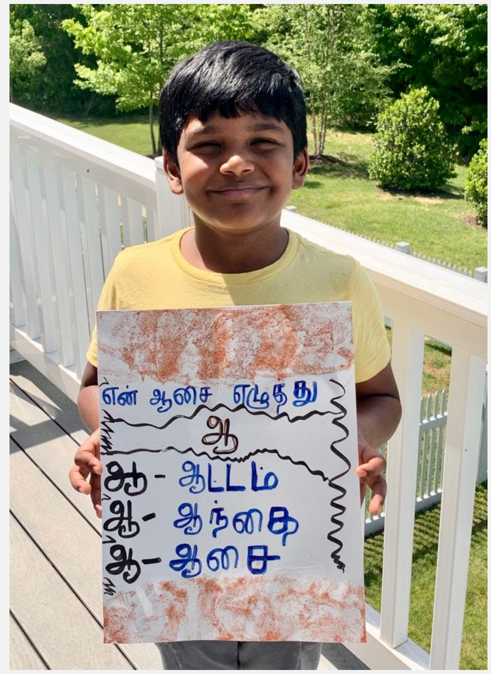
தமிழ்ப்பள்ளி மாணவர்கள்

வகுப்பு: நிலை 1 மாணவ மாணவியர்
தலைப்பு: என் ஆசை எழுத்து
ஆசிரியர்: ஜெயகௌரி சிற்றரசன்

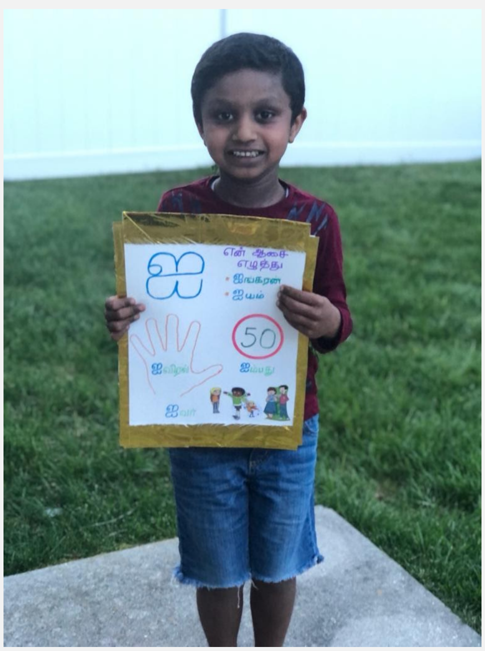
அத்வைத் சதீஷ்



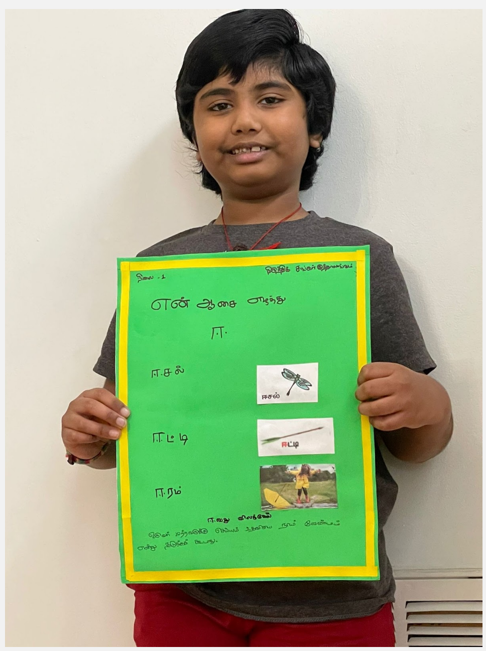
அனீஷ் விக்னேஷ்வரன்



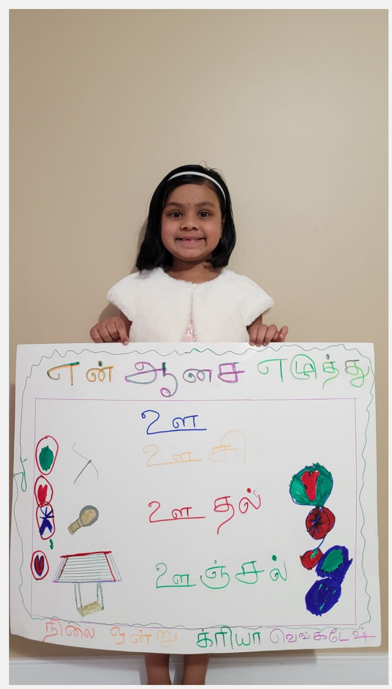
ஆருத் நிஷாந்த்



கிருசிவ் செல்வக்கண்ணன்



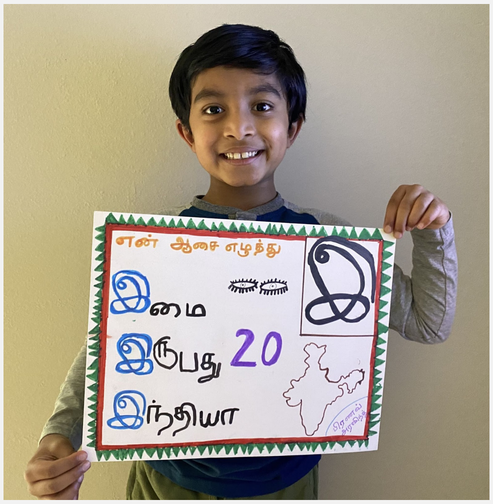
கிர்த்திக் சங்கர் குத்தாலிங்கம்



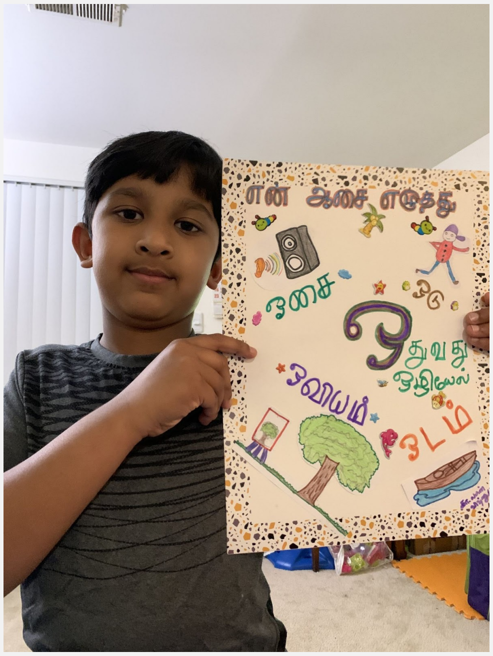
க்ரியா வெங்கடேஷ்

தமிழ்ப்பள்ளி மாணவர்கள்

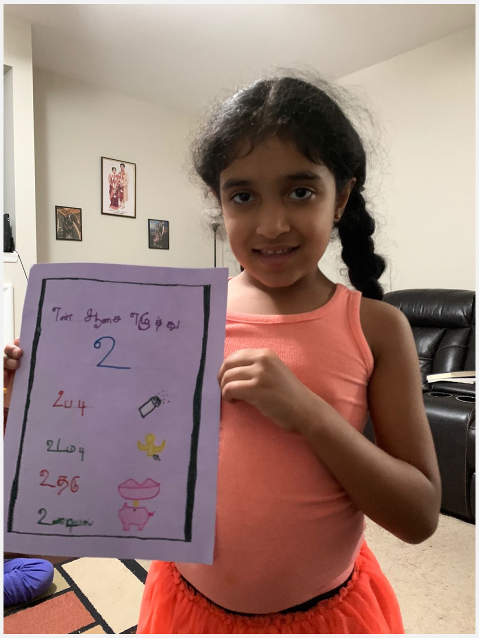
நளன் ஸ்ரீனிவாசன்



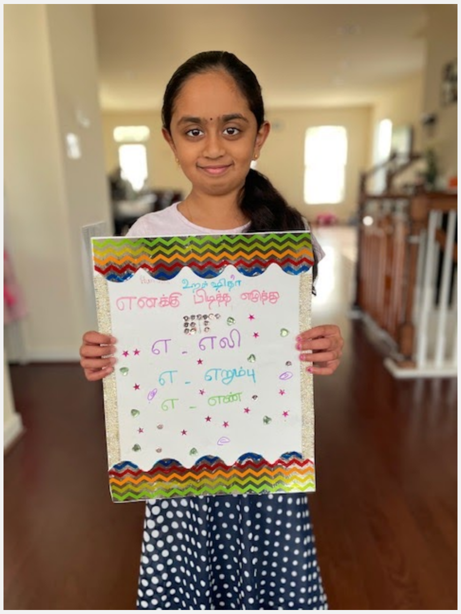
பிரணவ் அரவிந்த்



லவின் விஷ்ணு
கார்த்திகேயன்



விதுலா ராஜேஷ்



ஹர்ஷிதா ஸ்ரீ

நம் நுகர்வு/கழிவு முறைகள் சரியானதா?

நம்மால் உண்டாகும் குப்பைகளைப் பற்றி சிந்தித்திருக்கிறீர்களா? அது எங்கே போகிறது, அந்தக் குப்பையால் யாரெல்லாம் பாதிக்கப்படுகிறார்கள் என்று யோசித்ததுண்டா? நம்மில் பெரும்பாலானோருக்கு அதைப் பற்றி கொஞ்சமும் தோன்றியிருக்காது.

எங்க வீட்டு குப்பைத்தொட்டியை மூடி போட்டு கண்ணில் சட்டுனு படாத இடத்தில் வைச்சிருக்கோம்; வேண்டாத பொருட்களை உள்ளே போட்டு வாரயிறுதியில் குப்பை வண்டி எடுத்துக் கொண்டு போக வசதியா வீதியில் வெச்சுட்டா போதும், நம்ம வேலை முடிந்தது என்று நினைக்கிறோம்.

ஆனால், அது எங்கே போகிறது தெரியுமா? குப்பைக்கிடங்கு எனும் நிலத்தடி சேமிப்பு அமைப்புக்கு போய் காலாகாலத்துக்கும் அப்படியே இருக்கும். வருங்கால சந்ததியினர் அதையெல்லாம் தோண்டி எடுத்தார்கள் என்றால் எல்லாம் அப்படியே புதைபொருளாகக் கிடைக்கும். நாம் இன்று பயன்படுத்திய துணிமணிகள், இருக்கைகள், பேனா, நெகிழி (plastic) பொருட்கள், காலணி என எல்லாமும் கிடைக்கும். நசுங்கி, ஒடுங்கிப் போய் இருக்கலாம்; ஆனால் அப்படியே இருக்கும். குப்பைக்கிடங்கில் எதுவும் மாயமாக மறைந்து போவதில்லை. போதிய சூரிய வெளிச்சம், உயிர்வளி (Oxygen) போன்றவை கிடைக்காமல் இயற்கையாக மட்கிப்போகும் பொருட்கள் கூட மிக மிக மெதுவாகவே குப்பைக் கிடங்குகளில் மட்குகிறது.

இங்கே நம் நாட்டில் வைத்துக் கொள்ள முடியாத குப்பைகள் என்னவாகின்றன என அறிவீர்களா? மறுசுழற்சிக்கு நாம் அனுப்பும் பொருட்கள் ஏற்கனவே மிக அதிக அளவில் மாசு அடைந்தவை என்பதும் மிக "அறிவாளித்தனமாக" நாம் குப்பையில் வீசாமல் யாருக்காவது பயன்படும் என்று மறுசுழற்சிக்கு அனுப்பியவை பற்றியும் நினைத்துப் பார்க்க வேண்டும். அந்தக் குப்பைகள் கப்பலேறி எங்கோ உள்ள

பொருளாதாரத்தில் நலிந்த மக்களிடம் போய்ச் சேருகிறது. அங்கே குப்பைகளில் இருந்து நல்ல பொருட்களை பிரித்தெடுக்கும் வசதிகள் இருப்பதில்லை. அந்த ஏழை மக்கள் இப்படி ஏராளமாக சேர்ந்த குப்பை மேடுகளிலேயே வேறு வழியில்லாமல் வாழ்கிறார்கள். அவர்கள் வாழ்வே நாம் அனுப்பும் குப்பைகளை சலித்து அதிலிருந்து பொருள் சேகரித்து வாழுமாறு அமைகிறது. இங்கே நம் இடத்தில் இருக்கும் குப்பைக் கிடங்குகளும் நிரம்பி வழிந்து நம் காற்று, நீர், மண் என பாழ்படுத்துகிறது. மொத்த சமூகமே நீண்ட கால உடல்நல, பொருளாதார, சூழியல் பாதிப்புக்கு உள்ளாகிறது.

"ஏழை, வளராத, மேற்கு உலகம் தவிர்த்த" நாடுகளை சுரண்டியும் அடிமைப்படுத்தியும் வரும் நமக்கு (மேற்குலக, வளர்ந்த செல்வந்த நாடுகள்) ஒரு பெரும் சிக்கல் இந்த நுகர்வு.

நம் நுகர்வு/கழிவு முறைகள் சரியானதா?

நாம் வாங்கி வாங்கி குவிக்கும் பொருட்கள் பற்றியும், நுகர்ந்த பின் மலை மலையாக சேர்க்கும் குப்பை பற்றியும் சிந்திப்பதில்லை. நம் நுகர்வுக்கான பொருட்களை யார் உற்பத்தி செய்கிறார்கள் குப்பைகள் என்ன ஆகின்றன என்பது பற்றி யோசிப்பதே இல்லை. ம் அறியாமையும் பொறுப்பின்மையும் உலகையும் மற்ற சமூகத்தையும் சீரழித்து வருகிறது.

நாம் நுகரும் பொருட்களைத் தயாரிப்பதற்கு மிக அதிக அளவிலான எரிபொருள் தேவை. அதை எங்கிருந்து பெறுகிறோம் தெரியுமா? மின் நிலையங்கள் நிலக்கரி, எரிவாயு, பெட்ரோலியப் பொருட்களை எரித்து மின் உற்பத்தி செய்து கொடுக்கின்றன.

பெட்ரோலியப் பொருட்களை மின் உற்பத்தி, போக்குவரத்து, வெப்பத் தேவைகளுக்கு என்று பயன்படுத்தும்போது, கரிமில வாயு வெளியேறி புவிவெப்பமடைதல், பருவநிலை மாற்றம் போன்றவற்றுக்கும் காரணமாகிறது.

மின் நிலையங்களுக்கு அருகில் வசிப்போருக்கு காற்று மாசு காரணமாக உடல் நலக் குறைபாடுகள் வரக்கூடும். மின் நிலையங்கள் எங்கே அமைக்கப் படுகின்றன என்று தெரியுமா? பெரும்பாலும் நலிந்த, கல்வியறிவு குறைந்த, தாழ்த்தப்பட்ட குடியிருப்புகளுக்கு அருகே அமைக்கப்படுகிறது.

முதலில், நம் நுகர்வுக்கும் ஏற்படுத்தும் குப்பை / கழிவுக்கும் நாமே பொறுப்பு என்று உணர வேண்டும். இனிமேல், குப்பைத் தொட்டியை வீதியோரம் கொண்டுபோய் வைப்பதோடு என் பொறுப்பு தீர்ந்தது என்று இருக்க முடியாது/கூடாது. நம் வாழ்வில் நீடித்த பொறுப்பான நுகர்வுக்கான சில வழிமுறைகள்:

1. எதையும் வாங்கும் (நுகரும்) முன், இது உண்மையில் எனக்குத் தேவையா என கேட்டுக்கொள்ள வேண்டும்.
2. மற்றவர்கள் பயன்படுத்திய பொருள் நம்மைப் பொறுத்தவரை புதிதுதான் என்று எண்ண வேண்டும். புதுசுதான் வேண்டும் என்று நினைக்கக்கூடாது.
3. அடிக்கடி பயன்படுத்தாத பொருட்களை கைமாற்றாக கொடுக்கவும் வாங்கவும் பழகிக் கொள்ள வேண்டும்.
4. பழுதடைந்தவற்றை பழுது நீக்கி பயன்படுத்த வேண்டும். ஒவ்வொரு முறையும் புதிதாக வாங்குவதற்கு பதில் மறுபடி பயன்படுத்தும் பொருட்களை நாட வேண்டும்.
5. உணவுக்கழிவுளை மட்கச் செய்து மண் வளம் காக்கலாம்.
6. உள்ளூர் சந்தையை, பொருட்களை ஆதரித்து போக்குவரத்து, பெட்டியிலிடும், உறையிடும் செலவுகளை குறைக்கலாம்.

நம்மால் மாற்றங்களை நிகழ்த்த முடியும். நம் உலகை காக்கவும், மக்களின் வாழ்வை மேம்படுத்தவும் நம் தேர்வுகள் நிச்சயம் உதவும்.

ஆங்கிலத்தில் எழுதியவர்: ரூபா சிங்க்

தமிழாக்கம்: கார்த்திக் அங்கமுத்து

உடல்நலக் குறிப்பு

முதுகு வலியை நீக்க, வீட்டிலேயே செய்யக்கூடிய சில எளிமையான உடற்பயிற்சிகள்

தொகுப்பு - ராம்கி கவசேரி

செவிலியர்களுக்கு வணக்கம் (சிறுகதை)

மம்மி, என்ன நீ தூக்கிட்டு போனா தான் நான் தூங்க வருவேன். "அவ்யு, என்னால் முடியலடா, சரி வா தூக்கிட்டுப் போறேன் தூங்கறத்துக்கு ". இப்பொழுது எனக்கு 40 வாரங்கள், நாளைக்கு எனக்கு மகப்பேறு. குழந்தை நன்கு இறங்கி விட்டதால், அடி வயிறு மிகவும் பெரியதாக இருக்கிறது. இரவு முழுவதும் உட்கார்ந்த வண்ணம் தூங்கினேன். நான் தூங்க, குழந்தை விழித்துக் கொண்டு விளையாடுகிறது. என்னால் நன்றாக உணர முடிகிறது குழந்தை போடும் ஆட்டத்தை.

விடியற்காலை மூன்று மணி அளவில், அமர்ந்த வண்ணம் தூங்க முடியாமல் சற்று சரிந்து படுத்தேன். திடீர்னு ஒரு சத்தம், அருகில் இருக்கும் கணவரை எழுப்பினேன், பனிக்குடம் உடைந்து விட்டது. இறைவனை வேண்டிக் கொண்டு மருத்துவமனைக்கு கிளம்பினோம். அவ்யு எங்களுக்கு அதிர்ஷ்டம், தூங்கிக் கொண்டு இருக்கும் அவனைப் பார்த்துவிட்டு வாகனத்தில் சென்றோம். கோவிட் உச்சத்தில் இருப்பதால், உடல் வெப்பநிலை பரிசோதனை செய்துவிட்டு என்னையும் என் கணவரையும் மட்டும் மகப்பேறு பிரிவுக்கு போக விட்டார்கள். வலியும் இல்லை, விரிவாக்கம் (Dilation) கம்மியாதான் ஆகியிருக்கு, காத்திருப்போம். இப்போதைக்கு நரம்பு வழி சொட்டுநீர்(Drips) ஆரம்பிப்போம்.

மதியம் வரை வலி வரவில்லை, பின்பு ஒரு மாத்திரையைக் கரையும் வரை நாக்கு பக்கத்தில் வைத்தனர். ஒரு மணி நேரம் கழித்து லேசாகப் பிரசவ வலி ஆரம்பித்தது. இரவுக்குள் குழந்தை பிறந்துவிடும் என்று சொன்னார்கள். பிரசவ வலி நன்றாக தொடங்கிவிட்டது. வலி தாங்க முடியவில்லை. விரிவாக்கம் மிகவும் குறைவாகத்தான் இருக்கிறது, நீங்கள் இவ்விடைவெளி மயக்க மருந்து (Epidural) எடுத்துக்கொள்ளலாம். அதை எடுத்துக் கொண்டு உறங்க ஆரம்பித்துவிட்டேன். என்னைப் பார்த்துக் கொண்டு செவிலியர் (Nurse) இரவு முழுவதும் சரியான நேரத்தில் வயிற்றில் இருக்கும் குழந்தையின் இதயத்துடிப்பு, என்னுடைய உடல் வெப்ப நிலை, இரத்த அழுத்தம் அனைத்தையும் பரிசோதனை செய்து கொண்டே இருந்தார். இது மட்டுமா, இவ்விடைவெளி மயக்க மருந்து எடுத்துக்கொண்டதால் பல முறை வந்து என்னை இடது, வலது என்று பக்கம் மாற்றி மாற்றி படுக்க வைத்தார்.

மறுநாள் காலை 4 மணி அளவில் பிரசவ வலி உச்சக் கட்டத்தை நெருங்கிவிட்டது. "புஷ், புஷ், புஷ்". 5 மணி வரை புஷ் பண்ணிட்டேன் முடியலை, செவிலியர் பக்கத்தில் நின்று கொண்டு துணியை வைத்து துடைத்து துடைத்து குப்பையில் போட்டார். மருத்துவர் வந்து பார்த்துவிட்டு குழந்தை மேலே பார்த்தவாறு இருக்கிறது என்று கூறினார், பின்னர் குழந்தையை தலைகீழாக திருப்ப ஆரம்பித்துவிட்டார். சில நிமிடங்கள் கழித்து மறுபடியும் "புஷ், புஷ், புஷ் ". குழந்தை பிறந்து விட்டது. இந்தமுறை பெண் குழந்தை. மருத்துவர் கரங்களைப் பிடித்துக் கொண்டு நன்றி சொன்னேன். மாலையில், என் கணவருடன் பேசிக்கொண்டு இருந்தேன் அவர் சொன்னார் " நீ புஷ் பண்ணும் போது சில நேரம் ரத்தம் இல்லாமல் மலம் வந்தது, அந்த நர்ஸ் தான் சுத்தம் பண்ணாங்க". "அப்படியா!!!”

செவிலியர்களுக்கு வணக்கம் (சிறுகதை)

நினைத்துப் பார்த்தேன் அந்த செவிலியர் முகத்தில் கொஞ்சம் கூட ஒரு சங்கடமோ அல்லது அருவருப்போ தென்படவேயில்லை . கலங்கிப் போனேன். "அவங்க ரொம்ப கிரேட்".

உயிரைக் கொடுக்கும் தாயைக் கடவுளாகப் பார்க்கிறோம், ஆனால் அந்த தாய் உயிர் கொடுக்கும் நிலையில் அவளையே ஒரு குழந்தையாகப் பார்த்துக்கொள்ளும் செவிலியர்கள் கடவுளுக்கும் மேலானவர்கள்.

நான் உதடுகள் வழியே நன்றிகள் சொல்லி, எனக்கு செவிலியராக வந்த உங்கள் கரங்களைப் பிடிக்க மறந்துவிட்டாலும், நீங்கள் என்றும் என்னுடைய சிந்தனைகளில் ஒரு உணர்ச்சியாக இருப்பீர்கள்.

எழுதியவர்: ஹர்ஷினி ஶ்ரீனிவாசன்

வாசகர் கருத்து

இந்த மாத கதம்பம் இதழைப் பற்றிய உங்கள் கருத்தை தெரிவிக்க விரும்பினால், இந்த படிவத்தின் மூலம் எங்களுக்கு தெரிவிக்க வேண்டுகிறோம்.

newsletter.rts@richmondtamilsangam.org எனும் மின்னஞ்சலிலும் எங்களை தொடர்பு கொள்ளலாம். நன்றி!

கதம்பம் இதழில் தங்கள் கதை, கட்டுரை, கவிதை மற்றும் பயனுள்ள பல விஷயங்களை இரிச்மண்டு சமூகத்துடன் பகிர்ந்து கொண்ட அனைத்து எழுத்தாளர்களுக்கும் தமிழ்ச் சங்க நிர்வாகக் குழுவின் மனமார்ந்த நன்றி.

புதிர்களுக்கான விடைகள்

புதிர்களுக்கான விடைகள்

புதிர் [A]:

1	8	93	92	9	16	85	84
6	3	**90**	95	14	11	82	87
91	94	4	5	**83**	86	12	13
96	89	7	2	88	81	15	**10**

புதிர் [B]:

மொத்த பயணிகள் = 362
முதல் நிறுத்தத்தில் இறங்கியவர்கள் = 74
மீதமுள்ள பயணிகள் 362 - 74 = 288
2 வது நிறுத்தத்தில் இறங்கியவர்கள் 12-ல் ஒரு பங்கு 288 * 1/12 = 24
2 வது நிறுத்தத்திற்கு பிறகு மீதமுள்ள பயணிகள் 288 - 24 = 264
3 வது நிறுத்தத்தில் இறங்கியவர்கள் 6-ல் ஒரு பங்கு 264 * 1/6 = 44
3 வது நிறுத்தத்திற்கு பிறகு மீதமுள்ள பயணிகள் 264 - 44 = 220
4 வது நிறுத்தத்தில் இறங்கியவர்கள் X என வைத்துக்கொள்வோம்
கடைசி நிறுத்தத்தில் இறங்கியவர்கள் 103 = 4 வது நிறுத்தத்திற்கு பிறகு மீதமுள்ள பயணிகள்
4 வது நிறுத்தத்திற்கு பிறகு மீதமுள்ள பயணிகள் 220 - X = 103
X = 220 - 103 = 117
எனவே, 4 வது நிறுத்தத்தில் இறங்கியவர்கள் **117** பேர்.

புதிர் ஆக்கம்: சந்துரு